قدر الإنسان
بين الصراع والسعادة

بقلم الدكتور
محمد الجزار

١٤٢١هـ - ٢٠٠١م

مركز الكتاب للنشر

الطبعة الأولى
٢٠٠١



مصر الجديدة : ٢١ شارع الخليفة المأمون - القاهرة
تليفون : ٢٩٠٨٢٠٣ - ٢٩٠٦٢٥٠ - فاكس : ٢٩٠٦٢٥٠

مدينة نصر : ٧١ شارع ابن النفيس - المنطقة السادسة - ت : ٢٧٢٣٣٩٨

إهداء

إلى من آلمني .. فألهمني ..

الفهرس

الموضوع	الصفحة
مقدمة	٧
الفصل الأول	٩
الصراع	
الصراع الداخلى	٢٣
الدوافع والسلوك	٢٨
الانفعال	٣٢
العاطفة	٣٥
القوة	٣٨
الكفاح	٤٠
التفاوض	٤٦
المصير	٥١
الفصل الثانى	٥٧
السعادة	
ماهية السعادة	٥٧
الشخصية	٦٤
الذكاء	٧٤
الأسرة	٧٨
العمل	٨٢
القلق	٨٥

الصفحة	الموضـــوع
٩٣	**الفصل الثالث**
	الزمـان والمكـان
٩٥	فلسفة الزمان ....
١٠٠	فلسفة المكان ....
١٠٥	الـــدورات ....
١٠٧	المـاضـــى ....
١١٣	**الفصل الرابع**
	فلسفها وعش سعيداً
١١٥	لماذا نفلسفها ....
١٢١	الفلسفة القدرية ....
١٣٢	فلسفة اليوجا ....
١٣٧	الفلسفة النفعية ....
١٤١	فلسفة الاستحمار ....
١٤٥	**خـــاتمة** ....

مقدمة

نسير نحن البشر فى دروب طويلة، بعضها مظلم وبعضها منير، ينتاب صاحب الفكر أحيانًا شعور بعبث الحياة وعدم جدواها فيتروى فى السير ملياً متأملاً فلسفة الكون وفلسفة الوجود، قد يطول الوقوف أو قد يداوم المسيرة، فلا فى وقوفنا وقف الكون ولا بسيرنا تغيرت فلسفة الوجود، ذو الفكر سائر حائر وذو الإيمان راض وقانع وذو النفس المتمردة عابث مدمر، وفى جميع الأحوال الكل سائر حتى يحين الأجل.

قُدِر للإنسان أن يعيش فى هذا الكون فى صراع دائم يتخلله لحظات من السعادة، صراع داخلى بين غرائز متناقضة وصراع خارجى بين الإنسان والمجتمع بأفراده ومحدداته وبين الإنسان والطبيعة، وتختلف طبيعة الصراع وشدته باختلاف شخصية الفرد وسلوكه وباختلاف الآخرين وباختلاف المكان وطبيعته، ويقوى الصراع أحيانا ويفتر أحيانا أخرى.

يصنع الإنسان لنفسه أهدافاً يسعى ويكافح للوصول إليها بالجهد والعمل، قد يحقق بعض منها ويفشل فى تحقيق البعض الآخر فللإنسان رغبات واحتياجات يريد إشباعها، وللمجتمع قوانين وقيود يريد من أفراده احترامها، وللطبيعة ثورات مدمرة، ولقدرات الإنسان صولات ووقفات، ويعيش الإنسان وسط هذه المتغيرات يصارع، ملتمساً نصيب من السعادة.

وسط هذا الخضم يبحث الإنسان عن فلسفة تلائم شخصيته المميزة ليعيش من خلالها فى هذا الكون. قد ينجح الإنسان المرن أن يتكيف مع المجتمع، وقد يفشل ويصاب بالإحباط والتعاسة، ولكن لو حاول الإنسان أن يتعرف على شخصيته ويحلل سلوكه ثم يتعرف على المجتمع ككل فى محيط الأسرة وفى العمل

وداخل مجتمعه الثقافى والرياضى والاجتماعى الذى ينتمى إليه، فمن السهل عليه أن يلتمس سعادته، هـذه السعادة التى أصبحت نادرة وغالية نتيجة للضغوط المختلفة التى تمر على الإنسان. كل من السعادة والتعاسة فى داخلنا، لابد أن نعيش بهما ولكن قد نستطيع أن نجعل غايتنا قدر أكبر من السعادة وقدر أقل من الصراع الذى يدمر ولا يحقق أهدافنا وطموحاتنا.

المقصود بالصراع فى هذا الكتاب: النضال والكفاح Struggle وأيضا المناظرة والهجوم الجدلى Polemic ،كما يشمل تعريف الصراع المقاومة والدفاع والحماية Defence أى بصفة عامة يعتبر الصراع أى نشاط مادى أو ذهنى الغرض منه تغير حالة ما State أو الدفاع عن بقاء الحالة.

نشأ الصراع من الاختلاف الذى هو سمة النظام الكونى.. والصراع عملية حركية Dynamic تتم داخل الإنسان أو خارجه بعقله أو من خلال أعضائه المتحركة، ويحتاج الصراع إلى زمن يتكون فيه وينتهى بالتغير أو عدمه. أما السعادة فهى الرضا والقبول الحقيقى للحالة التى نحن عليها، هى الابتسام للماضى الذى ولى بحلوه ومره والتفاؤل للمستقبل الذى سيهل أيا كان، فبالإيمان والقناعة مع الفاعلية وليس بالسلبية والتواكل نستطيع أن نعيش سعداء.

* * *

الفصل الأول

الصراع

الصراع

حتمية الصراع:

مطلوب أيها الصراع... للدفاع عن الذات وعن المجتمع الذى ننتمى إليه عند الشعور بالخطر، للتصدى لأذى الطبيعة واتقاءً لشرها وعربدتها، للمنافسة فى عالم الاقتصاد والمال ومع من يشاركوننا نفس مجال العمل، للوقوف ضد رغباتنا وشهواتنا التى قد تدمر ذاتنا وتدمر المجتمع الذى نعيش فيه، للفوز فى المجال الرياضى، وفى مجالات أخرى عديدة تقتضى الحياة منا أن نصارع فيها بمشيئتنا أو مرغمين على ذلك.

تنبع معظم متاعبنا نحن البشر من عدم فهمنا لأنفسنا وللآخرين، إن رد فعل الإنسان لموقف معين من سمع أو رؤية أو وسيلة اتصال يستقبلها الفرد تنتج من تفاعل ما يستقبله الإنسان وكونه فى الوقت الذى يستقبل فيه، و يمكن تعريف كون الفرد بأنه بمجموع ما يكون عليه من غرائز وراثية وخبرات مكتسبة وصفات وتكوين جسمانى وعقلى وروحى. أى المجموعة الكاملة المتكاملة للفرد (Complete Set Integrated) التى تنشأ فيها الأنظمة المختلفة (Systems) من نظام عقلى ونظام بدنى ونظام روحى.

من البديهى أن كون الفرد يتغير مع الزمن، فأنا الآن ليس أنا منذ سنوات أو دقائق أو حتى ثوان، وأنا الآن ليس ما سأكون عليه على مدى السنوات أو الشهور القادمة لأنى سأكتسب خبرات ومعلومات جديدة، وعلى مدى أجزاء من الثانية تموت خلايا وتخلق خلايا أخرى فى جسم الإنسان. إن رد فعلى الآن على فعل أو موقف معين بالطبع متغير عن رد فعلى عن نفس الفعل أو نفس الموقف الذى حدث من شهور مضت أو سوف يحدث بعد زمن من الآن، كما

أن رد الفعل يختلف أيضا باختلاف نوع وشدة الفعل، فإذا شكرتنى فمن المنطق أن أرد الشكر أما إذا قذفتنى بحجر فمن المنطق أن أرميك أنا أيضا بحجر أو أشتمك أو قد أسامحك ولكن فى جميع الأحوال لقد تغيرت كيمياء جسمى واكتسبت خبرة جديدة وتغيرت ذاتى وأصبحت مجموعة أخرى (Set Another) من المكونات المادية والعقلية والروحية، وحتى إن لم يتغير النظام الداخلى لى كإنسان فقد تغيرت مدخلات النظام من خبرات جديدة اكتسبتها من فعل الآخرين لى ورد فعلى عليه؛ أى مرورى بموقف معين وخبرة جديدة تم اكتسابها.

لو تفهمنا أنفسنا وتفهمنا الآخرين سنتفادى أخطاءً كثيرة من رد فعل متسرع قد يترتب عليه عواقب سيئة فى الحاضر وفى المستقبل،وقد نعانى منها على مدى طويل من الزمن (رحم الله امرأً عرف قدر نفسه).

إن التعاون مطلوب بين البشر طالما لدينا احتياجات يجب أن تستوفى ولا نستطيع بمفردنا القيام بها، فغريزة الاجتماع والغريزة الجنسية وحتى غريزة الصراع، وغيرها من بعض الغرائز الأخرى تتطلب طرف آخر لإشباعها.

إن غريزة الاجتماع تتطلب أطرافًا أخرى متعاونة، وغريزة الصراع والعراك تتطلب طرفاً آخر لصراعه وعراكه، وإلا سيتصارع الإنسان مع نفسه وسيؤدى ذلك إلى تحطيم ذاته وسيصبح كل إنسان هو الغالب وهو المغلوب فى نفس الوقت، وستكون النتيجة النهائية نهاية الفرد وبالتالى نهاية الكل، أما إذا صارع الإنسان طرفاً آخر فسينتهى الصراع إما بنهاية الطرفين أو أكثر احتمالا سينتهى بإحدى الطرفين غالب والآخر مغلوب، فغالبا سيعيش البعض على حساب البعض الآخر.

فى بعض الأحيان يكون الصراع مطلبًا فإذا كان السلوك العدوانى والسادية (Sadism) يسببا الألم والخوف للآخرين، فإن انتشار الخنوع والماسوشية (Masochism) بين أبناء دولة ما يسبب الضعف والاستسلام للدولة ككل فتنهار ككيان مستقل. إذا كان للصراع أضرارًا فأن أقصى الطرف الآخر له أضرارًا أيضا.

إن ضغوط المجتمع على الإنسان كفرد قوية، وكذلك حاجة الإنسان لأن يمارس حق الاختيار أى أن يمارس حريته، ومن خلال هذا الصراع بين المجتمع ككل وبين حرية الفرد تظهر الأمراض النفسية وتظهر المشاكل بين الإنسان والآخرين، مشاكل مختلفة لن تنتهى إلا بانتهاء النظام البشرى.

منذ الولادة يفرض الأبوين على الوليد نوع الطعام والشراب والمكان حتى الاسم المعرف للإنسان مفروض عليه على الأقل حتى يبلغ السن الذى يستطيع فيه أن يغيره. ويكبر الوليد ويصير طفلا ويبدأ فى الاختيار الذى قد يسبب صداع قبل الصراع، صراع الاختيار وصداع التفكير. أى نوع من الحلوى يختار،أى لعبة يمارسها وأى نوع من الطعام يتناوله، ويكبر الطفل وتبدأ مشاكل المراهقة، فالمراهق يريد تحقيق ذاته غير مدرك ما ينتظره الوالدين منه من أن يكون مهذب مجد فى دروسه، حسن السلوك طيب الأخلاق، ويبدأ صراع من نوع آخر وصداع آخر أو قد يحدث تصدع إذا لم يستطع الأبوين والمجتمع معهما تقويم المراهق. ويكبر المراهق ويصير شابا يريد أن يعمل ولكن الوظائف محدودة،أو يريد أن يعمل عمل خاص به ولكن المنافسة قوية والإمكانيات ضعيفة، ويريد أن يحب ويتزوج ويبدأ صراع آخر مختلف، صراع مع مجتمع بأكمله. قد يتعاطف معه البعض وقد يختلف معه آخرين ولكن بالطبع سيوجد الكثير من التضاد والاختلاف مع الآخرين، ويصير الشاب رجلاً ويبدأ صراع أسرى مع الزوجة ومع الأبناء أو فى العمل مع رؤسائه ومرؤسيه ويصبح الرجل كهلاً ويدخل الإنسان فى صراع آخر مع المرض والوحدة وعقوق الأبناء ثم تنتهى القصة بالوفاة. إن القصة واحدة والنهاية مؤكدة ولا تختلف كثيرا من إنسان لآخر فى تفاصيلها. هذه هى طبيعة النظام البشرى لم تتغير ولن تتغير إلا فى حدود ضيقة لا تخرج من كونها سلسلة من الصراعات والمشاكل التى تتكون وتتشكل ثم تحل ثم تبدأ الدورة من جديد.

يجب ألا ننظر إلى النظام البشرى بتشاؤم ولكن يجب أن نتعايش معه ونعيش فيه كما هو فهذا هو قدرنا رغبنا فيه أو لم نرغب. قد تختلف الضغوط تبعا لاختلاف شخصياتنا وصفاتنا الوراثية والمكتسبة وتبعا للمجتمع والظروف، وقد يختلف الانفعال من شخص لآخر ولكن النظام ثابت بالصراع الدائم.

لقد وجد الصراع ضد الطبيعة فى كل زمان وفى كل مكان، لقد واجه المصرى القديم تحدى قاس للتحكم فى مياه نهر النيل والتحكم فى مجراه حتى لا تظل مياهه تفيض فى مستنقعات لاجدوى منها ولا نفع، بينما باقى الأرض جرداء لا ماء فيها ولا زرع، وكافح المصرى القديم وانتصر أحيانا واستسلم أحيانا أخرى.

إذا كان الإسرائيليون يتندرون بأن أكبر غلطة ارتكبها النبى موسى انه ترك أرض مصر حيث وفرة الطعام والمياه وعبر إلى سيناء ومن هناك اتجه شمالاً إلى أرض الميعاد وليس جنوبا إلى الجزيرة العربية حيث البترول والغاز الطبيعى، فعلى العكس من ذلك فقد كان النبى موسى حكيمًا... فبدون المياه والطاقة وجد الصراع ضد ندرة الموارد ومن خلال الصراع ضد التشتت للعودة إلى أرض الميعاد خلق التحدى من أجل النجاح والتفوق، لقد كان قدرهم منذ أكثر من ثلاثة آلاف سنه مع محاور إحداثيات مكان لم يتنبأ أحد بمستقبل خيراته أو مستقبل صراعاته فى ذلك الحين.

إن تجربة اليابان التى تفتقر إلى الموارد الأولية تعتبر مثالاً لهذا التحدى الذى أوصله إلى النجاح والتقدم التكنولوجى والاقتصادى، أما معظم الدول الإفريقية جنوب الصحراء الكبرى التى تمتاز بوفرة فى المياه والأرض الصالحة للزراعة والتى من السهل فيها أن تأكل من ثمرات فوق سطح الأرض أو من درنات تحت سطحها؛ فقد كانت سهولة الحصول على الاحتياج الرئيسى للإنسان من أسباب الكسل والتخلف.

بقليل من التجاوز إن وجد، يمكن اعتبار أن كل موقف فى الحياة يمثل تحديا وصراعا على الإنسان أن يخوض فيه، قد يكون الذهاب إلى المسرح لمشاهدة مسرحية إجبارا على الفرد من الأسرة أو الأصدقاء، أو قد يذهب الإنسان برغبته، ولكن يجب عليه أن يركز فى المشاهدة وأن يتحدى عدم التفكير فى مشاكل المنزل ومشاكل العمل، قد يشعر الإنسان بالجوع أثناء المشاهدة ويدخل فى صراع مع غريزة أساسية وهى الجوع حتى لا يترك المسرح.

تستعمل اللغة والألفاظ ذات المعانى الانفعالية فى إثارة الدوافع العدوانية، إن استخدام بعض الكلمات المثيرة والشتائم والسباب تساعد فى اندلاع الصدام وبدأ الصراع كما تزيد من الشحنات الانفعالية العدوانية لدى المتصارعين. نحن نعتبر استخدام هذه الكلمات فصاحة وبلاغة إذا جاءت من جانبنا، كما نعتبرها إثارة وعدوانية إذا جاءت من الطرف الآخر. أن الشحنة الانفعالية من استخدام هذا الأسلوب اللغوى لاتتيح لنا فرصة التحقق من مصداقية الكلام أو حقيقة معناها ومغزاها أو البحث عن حقيقة ما ورائها من أغراض خبيثة أو إثارة حماسة.

من منا لايتحيز لموضوع ما وإن كان فى غير حق ؟.. من منا لا يتمسك برأيه وأن بدا غير منطقى ؟ نحن نتناقش ونجادل ونختلف فى جميع المجالات؛ الأسرة والعمل، وفى السياسة والثقافة، فى مشاكل عامة ومشاكل خاصة، مع الأعداء ومع الأصدقاء، نتشبث برأينا فى مواضيع ذات قيمة أو فى مواضيع تافهة لا تستحق منا عناء المناقشة والمجادلة، ولكنها غريزة إثبات الذات الفردية، غريزة تسير فى اتجاه معاكس لغريزة حب الاجتماع وحب الانتماء. هى بداية لصراع على الرأى الذى تكوّن من تجارب سنين وثقافات موروثة، ناسين أو متناسين أن الآخرين لهم أيضا أراء أخرى تكونت من تجارب وثقافات مختلفة. كلها أسباب لتصعيد صراع مطلوب لنهاية شئ ما تمهيدًا لميلاد شئ آخر، حتى تسير المنظومة كما رتب له مسبقًا ويظل النظام قائماً من ميلاد فذروة فنهاية حكاية لتبدأ حكاية أخرى وصراع آخر.

منذ قديم الزمن تميل الجماعات من شعوب وإمارات وقبائل إلى الاعتقاد بأن تراثها الفكرى وأسلوب حياتها من عادات وتقاليد هى الأفضل من معتقدات وثقافات الآخرين، لا يدرك معظم الجنس البشرى أن كل ثقافة تكونت لها قيمة ومعنى بالنسبة لمعتقديها، ثقافة نابعة من الزمان بخبراته السابقة ومن المكان بطبيعته المتميزة.

أن مفهوم النسبية الثقافية من وجهة نظر الدراسات الأنثروبولوجية (Anthropology) وهو علم الخصائص الإنسانية والبيولوجية والثقافية للجنس البشرى يمثل حيوية تنوع الشعوب بعاداتها وسلوكها وأساطيرها (Myths) وطقوسها وأفكارها المختلفة حتى يتكامل النظام الكونى من تعارف فاختلاف فصراع.

متى وجد التضاد وجد الصراع، فإذا كان التضاد هو أقصى الطرفين فان الاختلاف والتباين وعدم التجانس درجات أقل من التضاد، نحن نعيش فى عالم ملئ بالاختلاف.. فى العقيدة واللغة واللون وشكل البشرة وفى الشخصية من انفعال ودوافع وسلوك، إلى آخره من الاختلافات.

حدث الصراع نتيجة لهذه الاختلافات.. فقد حكى لنا التاريخ عن العديد من الحروب الدينية والصراع بين الأجناس المختلفة والبلاد المختلفة والجماعات المختلفة والأفراد بجميع اختلافاتهم.

تغيرت الصراعات الحديثة عن صراع الزمن الماضى،فبالإضافة إلى الصراع العسكرى الذى تطور من سيوف ونبال وسهام إلى صواريخ وأجهزة حاسبات آلية وبرامج ذكاء اصطناعى(Artificial Intelligence)، كما استحدث صراعات أخرى جديدة مثل الصراع الأيدولوجى والصراع الاقتصادى والصراع الثقافى. لقد عاصرنا فى العقود الماضية صراع الرأسمالية والشيوعية وصراع آخر خفى بين ثقافات الغرب والشرق، كما عانينا ومازلنا نعانى من الصراعات العرقية والصراعات القومية.

لقد تغير الزمن و تحول العالم الآن إلي قرية صغيرة أو ما يسمى بالعولمة (Globalization) وذلك نتيجة للتقدم الهائل فى التكنولوجيا ونظم الاتصالات والمواصلات وكنتيجة للانفتاح الاقتصادى الذى يسود العالم الآن، وكما هرولت الدول سابقا إلى نظامين مختلفين: رأسمالى - شيوعى أو اشتراكى فالجميع يهرول الآن نحو العولمة غافلا عن الصراع الاقتصادى القادم، صراع بين الدول المتقدمة تكنولوجيا ذات الدخل القومى المرتفع للفرد وبين دول العالم الثالث الذى يحبو فى مضمار الاقتصاد الحر.

وبرفع راية العولمة تكونت الشركات والمؤسسات العملاقة التى تنتشر فروعها فى جميع قارات كوكب الأرض والتى تهيمن على ثلثى التجارة فى العالم، وفى آخر عقد للقرن العشرين اندمجت شركات وابتلعت الشركات العملاقة الشركات الصغرى حتى تحول فى السوق (المعولم) بمفردها. لم تأبه العملاقة إلى ارتفاع معدلات البطالة وإلى الآثار الاجتماعية الناتجة من زيادة نسبة العاطلين عن العمل وأصبح الصراع على العمل حلقة أخرى فى سلسلة الصراعات.

كما صغرت الفروق فى الاتجاهات الأيدلوجية وأصبحت غير مؤثرة فقد خفت حدة صراع المؤسسات والشركات العملاقة، لقد اتفقت هذه الشركات على ألا تتصارع تقريبا فاندمجت بعض الشركات الكبرى والتهمت بعض المؤسسات الصغيرة، وبذلك أصبح الصراع الاقتصادى هو صراع ضباع أى صراع شركات صغيرة نسبيًا وقوى أفراد أو جماعات تتسلح بالمال والعزوة والسلاح وجدت لتتصارع على ما تركته المؤسسات الكبرى وتتطلع إلى نهب الإنسان الضعيف؛ أى يمكن تسميته بالصراع على الجيف.

الصراع هو سمة النظام الإنسانى المبنى على الصراع الأبدى الذى لاينتهى، و السؤال الذى قد يبرز الآن هو ما شكل الصراع العالمى القادم بعد انتهاء الصراع الاستعمارى التقليدى، لقد سيطرت بريطانيا العظمى فى القرن التاسع عشر كما

سادت الولايات المتحدة فى القرن العشرين، ويبقى التساؤل عن النظام الذى سيفوز فى القرن الحادى والعشرين بعد التكامل الأوروبى الذى تمخض بميلاد عملاق اقتصادى جديد له قوة اقتصادية أكبر من أمريكا واليابان مجتمعين، هل سيكون الصراع بين حضارات وثقافات (من علاقات اجتماعية وعادات وتقاليد وأساطير وعقيدة..) كما نوه الكاتب فوكوياما فى (نهاية التاريخ)، أو كما نوه الكاتب الأمريكى صامويل هنتنجتون فى كتابه (صدام الحضارات) بالصراع بين الحضارات المختلفة ومنها الصراع بين الحضارة الغربية والحضارة الإسلامية أو سيكون صراع بين الحضارة الغربية وحضارة الجنس الأصفر. قد يكون الصراع القادم من أجل نقطة ماء لازمة للشرب أو للرى، سينتهى الصراع على الطاقة البترولية فى نهاية القرن الواحد والعشرين وستتولد صراعات أخرى جديدة، ولكن لن تكون صراعات من أجل حياة رغدة ولكن من أجل التمسك بالحياة.

ترجع البحوث السيكولوجية هذا النوع من الصراع الحضارى إلى طبيعة نشأة الإنسان داخل مجتمع أو جماعة أو حضارة (بصفة عامة مجموعة من الناس متجانسة نسبيًا ولها مصالح وأهداف مشتركة)، وتبدأ هذه الجماعة بالنظرة التفاضلية المقارنة بين إيجابياته وسلبيات الجماعة الأخرى فيتولد لديها الإحساس بالتفوق والاستعلاء ثم الاحتكاك الطبيعى بين شيئين مختلفين ثم الاحتكاك العدوانى الذى يتحول عادة إلى صراع، وفى كثير من الأحوال تتكون نواة الميول العدوانية من مجموعة صغيرة تكبر داخل المجتمع أو الحضارة كنتيجة لغريزة التقليد والانتماء إلى المجموعة ويساعد التطور الكبير فى وسائل الإعلام المختلفة فى تضخيم هوة الاختلاف وفى إشعال الشوق إلى الصراع وتكبر نواة الميول العدوانية لتصبح مثل كرة الثلج يزداد حجمها مع مرور الوقت وتصبح فى انتظار شرارة الانفجار ليبدأ الصدام.

تتواجد بجانب الحضارة الغربية التى تعتبر على قائمة الحضارات القائمة فى الوقت الحالى حضارة أخرى واعدة وهى الحضارة الصينية، ويليها فى الترتيب

الحضارة التى يسميها الغرب بالحضارة الإسلامية أو ما يمكن تسميتها بالحضارة العربية / الشرق أوسطية الإسلامية التى قد تفوق بقوة ودفع العقيدة فى حالة تغير الهيكل السياسى وتقلص النعرة القبلية والنزعة النفعية الفردية أو الأسرية ليسود نظام واحد له هدف واحد. فالدول العربية التى يمكن اعتبارها نواة الحضارة الإسلامية ليس لديها رؤية استراتيجية (Strategic Vision)، وبفرض إن وجدت الرؤية على مستوى أفراد أو جماعات فهى رؤية انفعالية ينقصها التخطيط طويل المدى والتكتيك اللازم لتنفيذ الخطة، كما ينقصها التفكير العلمى المرن الذى يسمح بامتصاص المتغيرات وتعديل الرؤية. مطلوب إنكار الذات الفردية والأسرية والقبلية فى سبيل هدف أسمى وأعظم. يمكن قراءة التاريخ للتذكرة والتعلم من التجربة الصهيونية لإنشاء دولة إسرائيل ومن استراتيجية الصين الطويلة المدى وصبرها لضم ما انفرط منها فى الماضى.

إذا كان مركز حضارتنا الإسلامية يكمن فى الشرق الأوسط فان لهذه الحضارة أذرع كثيرة فى شرق وغرب أفريقيا وفى بلطيق أوروبا وفى كثير من الدول الأسيوية، ولكن للأسباب السابق ذكرها يجئ احتمال صعود حضارة عربية فى الترتيب التالى لصعود الحضارة الصينية التى يدعمها الحكم المركزى المسيطر وتقدمها النسبى فى المجال الاقتصادى والتكنولوجى والعدد الذى يزيد على ألف مليون نسمة بالإضافة إلى انضمام هونج كونج عام ١٩٩٧ ومكاو عام١٩٩٩ واحتمال انضمام تايوان لها فى المستقبل، كما يدعمها الجاليات الصينية ذات النفوذ المؤثر فى دول جنوب شرق آسيا مثل سنغافورة. ويأتى فى القائمة حضارات أخرى مثل حضارتى أوروبا الشرقية وأمريكا اللاتينية وهما أقرب إلى الحضارة الغربية وقد تندمجا معها إذا واجها عدوًا مشتركًا، ويوجد أيضا الحضارة الهندية والحضارة اليابانية التى تقف بحجمها الصغير نسبيا موقف المسالم الوديع حتى الآن.

تحتاج حضارتنا إلى أنظمة رئيسية (Systems) وأنظمة فرعية (Sub-Systems) سياسية، اجتماعية، اقتصادية، مالية، بيئية، تجارية، صناعية، زراعية.... على أن تصمم هذه الأنظمة وتوضع موضع التنفيذ بطرق ديمقراطية يكون هدفها مصلحة الأكثرية مع مراعاة مصلحة وحرية الأقلية.

لن يستطيع أى نظام أن يراعى جميع المصالح والأهواء ولكن ببعض المرونة من الأطراف المختلفة نستطيع أن نوفق بقدر الإمكان بين جميع الأطراف. بصفة عامة يتكون النظام من مجموعة عناصر (Elements) مرتبطة معا تؤدى مهمة محددة ولها هدف معين، تربط هذه العناصر علاقات موضوعة سلفًا و يهدف أى نظام إلى تحقيق أكبر فائدة لواضعى النظام المستفيدين منه، والذى سيطبق عليهم أو لهم. يجب ان تسير عناصر العمليات المختصة بالنظام فى سلاسة ويسر، وأن يتناغم أداء عناصر النظام ومن الأفضل أن تعالج المشاكل التى قد تحدث فى الأداء الروتينى العادى أو المشاكل العشوائية بطريقة لا تؤثر على النظام وعلى أن يعتبر عمل النظام خلال هذه المشاكل عملية استثنائية يعود بعدها النظام للعمل الروتينى الموضوع سلفًا مرة ثانية فى أسرع وقت ممكن، فى ظروف الحرب أو الكوارث مثلا قد تتأثر الأنظمة ولكن عندما يعم السلام والاستقرار يجب أن تعود هذه الأنظمة إلى حالتها الطبيعية.

كل شئ فى هذا الكون معرض للتغير والتطوير. قد يجئ التغير من الخارج أو من الداخل، أما التطوير فيجب أن ينبع من الداخل مع الاستفادة بخبرات الآخرين. النظم أيضا يجب أن تتطور ولكن من المستحسن ألا يكون معدل التغير سريعًا، حتى لا يحدث بلبلة وإرباك فى عمليات التطبيق وحتى نعطى لأنفسنا وللآخرين الفرصة للتخطيط على المدى القصير والمتوسط بأقل قدر من المخاطرة واحتمالات التغير فى النظام السائد الذى نخطط فى ظله.

نعود مرة ثانية إلى الصراع واحتمالات حدوثه، على مدى النصف الأول من القرن العشرين كان النمو السكانى يتناسب تقريبا مع الزيادة فى الموارد المتاحة

على كوكب الأرض ولكن دعنا نرى مـاذا حـدث فـى النصـف الثـانى مـن هـذا القرن من تناقص نسبى (بالنسبة للسكان) فى إنتاج الغذاء من فوق اليابسة أو من البحار والأنهار، كما أصبحت المياه العذبة مشكلة فى أماكن كثيرة من هذا العالم وأعتقد مازلنا نتذكر سنوات الجفاف التـى حدثـت فـى أفريقيـا وتصحـر أراضـى ليسـت بقليلـة فـى هـذه القـارة. إن الأرض محـدودة والميـاه العذبـة محـدودة أيضـا وبالطبع سوف يؤدى هذا إلى زيادة الصراع وضراوته، لن يصبح الصراع من أجل الرفاهية ولكن سيكون صراعًا من أجل الحياة ومن أجل أطفال يموتـون جياعـا أو عطشى. إن الصـراع القـادم سـيكون مأسـاويا - إن لم يكتشـف الإنسـان طـرق جديدة غير تقليدية لإنتاج الغذاء والحصول علـى الميـاه اللازمـة للشـرب أو لـلرى أكانت هذه الطرق فوق كوكب الأرض أو فى أماكن أخرى فى كوننا المترامى.

من الممكن إضافة سيناريو آخر محتمل حدوثه فى القرن الواحد والعشرين مع السـيناريوهات التـى جـاء ذكرهـا فـى كتـاب (صـدام الحضـارات): كـرد فعـل للانفتاح والانتشار (العولمى) الذى يسود العالم فـى نهايـة الألفيـة الثانيـة للميـلاد ونتيجـة لانخفـاض فـرص العمـل وقلـة المـوارد الطبيعيـة مـن ميـاه وأرض صالحـة للزراعة، مـن المحتمـل أن يحـدث انكمـاش مكـانى للحضـارات وتقوقـع للأصـول العرقية، إن أوروبا تطرد الأجـانب ذوى الأصـول الأفريقيـة والأسـيوية وبسـيطرة سود جنوب أفريقيا على الحكم قد يعود ذوى الأصـول البيضـاء إلى أوروبـا، أمـا أمريكا الشمالية ومع زيادة نسبة ذوى الأصول الأفريقية والأسبانية فقد تنقسم إلى ثلاث دول: بيضاء ذوى أصول أوروبية وسوداء ذوى أصول أفريقية وسمراء ذوى أصول أسبانية أما الجاليات الأسيوية، وبـالأخص الجاليـة الصينيـة والجاليـة الهنديـة فقد يشدا الرحال إلى منشئهم فى الصين أو الهند وبالأخص بعد الانفتـاح الصينـى وتغيرها الأيدولوجى فى المستقبل. يتبقى العرب والشرق الأوسط التى لـن تصبـح مطمعاً بعد انتهاء البـترول والغـاز الطبيعـى ولـن يسـاند الغـرب أى قـوى داخليـة فيتجدد الصراع الداخلـى وتتنـاثر هـذه الحضـارة فـى جـزر مـن النعـرات العرقيـة والقبلية والطائفية، إنها دورة أخرى من الدورات التى يتميـز بهـا نظامنـا الكونـى

والخوف كل الخوف من العودة إلى حرب السهام والنبال وأحياء سوق عكاظ ليجتمع مرة كل عام على التوالى فى كل دويلة من الدويلات التى ستتكون مستقبلاً.

وأخيرًا لابد أن نجد للصراع الذى نخوضه هدف ومعنى، ان الصراع بدون أمل فى تحقيق الهدف يدفعنا إلى الإيمان بعبث الصراع، العبث Absurd الذى عبر عنه الكاتب الفرنسى ألبير كامى بالتضارب ما بين العقل الإنسانى المنطقى وانعدام المنطق فى تركيب الكون، هذا التضارب هو الذى يؤدى إلى تعب العقل البشرى فى التفكير فيه، فالوظيفة الرئيسية للعقل البشرى هى التميز ما بين الحقيقة والزيف وبين اليقين والشك، ولما كانت الحقيقة، واليقين / الشك يخضعا لنظرية الاحتمالات فالعبث وارد فى هذا الصراع.

* * *

الصراع الداخلى

آه من هذه الحياة، لقد خلقنا فى كبد وكد وكفاح، صراع دائم مع النفس ومع الغير ومع الطبيعة. متى بدأ الصراع وهل سينتهى، مشاعر كثيرة مرت بنا وأسئلة أخرى كثيرة تراود الإنسان منذ الخليقة. بدأ الصراع منذ بدء الخليقة ولن ينتهى إلا بانتهاء النظام الحى؛ مادمنا لا نستطيع إشباع جميع غرائزنا واحتياجاتنا المختلفة. إذا استطاع الإنسان الحصول على أى رغبة بيولوجية أو سيكولوجية بمجرد الإحساس بها أو التفكير فيها؛ فلن يحدث الإحباط، ولن يوجد صراع. ولكن طبيعة هذا النظام الكونى الملئ بالتضادات والمعوقات تمنع الفرد من تحقيق الكثير من مطالبة وتحد من سعيه للوصول إلى أهدافه فيشعر بالإحباط واليأس الذى قد يؤدى إلى السلبية أو إلى أمراض نفسية وعضوية.

تتنوع المعوقات التى تعوق الإنسان فى إشباع رغباته، منها معوقات مادية فى الطبيعة مثل قسوة المناخ والعواصف والزلازل وقيظ الصحراء وهيجان البحار والمحيطات، فنحن نخطط لقضاء أجازة جميلة فى منتجع هادئ جميل ولكن لا نستطيع أن نتنبأ بدرجة دقة عالية ما الذى تخبأه لنا الطبيعة بعد شهر أو حتى بعد أسبوع، نرتب لسفر يوم معين وتلغى الرحلة لسوء الأحوال الجوية، تتهدم مساكن ومنشآت لوقوع زلزال غير متوقع حدوثه. هكذا تقف لنا الطبيعة حائلا للاستمتاع بها فى كثير من الأوقات.

وتوجد أيضا المعوقات الجسدية مثل العمى والصمم والبَكَم... والأمراض الجسدية الأخرى التى قد تمنع تحقيق هدفنا أو إظهار مواهبنا. لقد تقدم الطب كثيرًا فى السنوات الماضية، ولكن مازال الصراع قائمًا بين الإنسان والمرض فلن نستطيع القضاء على جميع الميكروبات والفيروسات بل بالعكس فأنها تطور نفسها لتقاوم الأدوية وتظهر أنواع جديدة يستلزم لها سنوات عديدة للقضاء

عليها أو الحد من انتشارها إذا استطعنا ذلك.ويوجد كذلك الصراع بين الفرد والآخرين فالحاجات كثيرة والمصادر المتاحة قليلة، يستطيع البعض منا الحصول عليها بعد كفاح وصراع وتظل الأكثرية صابرة صبر الجبان الخائف، حاقدة حاسدة أو متحفزة للفرصة التى قد تحين للحصول على الاحتياجات عن طريق السرقة أو القتل ولولا الخوف من العقاب الإلهى وعقاب المجتمع لزاد الصراع الدموى القاتل.

أما الصراع الداخلى فهو ينتج من حدوث اجتماع لشعورين متنافرين فى نفس الوقت فمثلا ينتابنا شعور بالنفور عن رؤية إنسان لا نحبه فنبعد عن طريقه حتى لا نراه أو نحتك به أما إذا اجتمع مع الشعور بالنفور شعور بالواجب الذى يحتم علينا مقابلة الإنسان الذى ننفر منه فأن الصراع الداخلى يبدأ فى التكوين وتبدأ كيمياء الجسم فى التغير ويبدأ الضغط العصبى / النفسى فى الحدوث.

يعتبر أخطر أنواع الصراع هو الصراع الداخلى بين العناصر المختلفة المكونة لشخصية الفرد، هذا الصراع الذى قد يأخذ شكل صراع نفسى بين الأنا (Ego) وبين الغرائز الأساسية أو يأخذ شكل الصراع الذهنى لحل مشكلة ما أو الاختيار بين مرادفات كثيرة، قد تسبب فى أبسط حالاتها الصراع، أو قد تسبب كثيرا من الأمراض العضوية والنفسية. ومن خلال الصراع الداخلى قد يحدث الصراع اللاشعورى عندما تقف الظروف أو المجتمع حائلاً لعدم إشباع الحاجة خصوصا الغرائز والحاجات الأساسية فيكون نتيجة ذلك كبت رغبة إشباع هذه الحاجات فى حيز اللاشعورى. قد يظن الفرد أن الصراع قد انتهى ولكنه يظل متحفز فى انتظار أى مخرج ليثور الصراع النفسى داخل الإنسان، الصراع الذى يسبب أمراض قد لا نعلم سببها إلا بالعلاج النفسى.

يعتبر الصراع النفسى الداخلى أخطر أنواع الصراع فدعنا نلقى نظرة على هذا الجهاز النفسى الذى يقسمه بعض علماء علم النفس إلى ثلاثة عناصر وهى:

الهو (Id):

وهو العنصر اللاشعورى فى الشخصية والذى يحتوى على الغرائـز والرغبـات الطبيعية البدائية التى قد يكبتها الإنسان بطريقة لاشعورية لأنها لاتتماشى مع نظام المجتمع أو مع القيم والأخلاق والتعاليم الدينية التى اكتسبها من الصغر عـن طريـق المجتمع.

تخيل يا عزيزى أنك وحدك فى جزيرة تعيش بالفطرة لن تنظر حولك عندمـا تريد أن تبصق أو تتبرز أو تتبول لتكون بعيد عن نظر الآخرين، تسـتطيع أن تسـير أو تسبح عاريًا، لك الحرية أن تخرب فى البيئة المحيطة أو تنال ما ليس ملـك لـك، قد تبحث عن فريسة من أى نوع لإشباع غريزة القتـال أو غريـزة الجنـس، والآن لنترك أحلام اليقظـة ولنعـود إلى مجتمعنـا الـذى لا يسـمح أن نكـون علـى فطرتنـا الأولية فنكبت هذه الرغبات التى تبقى حية تعمل فى مكمنهـا الغـائر فـى النفـس البشرية فى انتظار الفرصة الملائمة لتخرج إلى النور أى إلى العالم الخـارجى ولكـن بقوة ضغط كبيرة أو قد تتشكل بتكوينات جديدة تسمى بالعقد النفسية التى هـى عبارة عن رغبات لم يتم إشباعها أو ذكريات أليمة تم كبتها فى اللاشعور.

الأنا (Ego):

وهو الجانب الشـعورى فـى الشـخصية الإنسـانية والـذى يتعـامل مـع العـالم الخارجى ويتفاعل معه، ولكن يتصارع مع الغرائز والرغبات الفطرية (الهو) التى لا تتماشى مع تقاليد المجتمع أو التعاليم الدينية، وعن طريق الأسرة فـى حيـاة الطفـل الأولى وعن طريق المدرسة و دور التعليم الأخرى فى المرحلة التالية ثم عـن طريـق الاحتكاك بالمجتمع واكتساب خبرات جديدة تتكون الأنا التى تمـيز كـل فـرد عـن الآخر بشخصيته المنفردة.

يظل الصراع قائمًا فى الأعماق اللاشعورية للنفس البشرية بين الأنا من جهـة وبين الرغبات الفطرية الأولية من جهة أخرى، هذا الصـراع الـذى قـد يـؤدى إلى دمار الفرد نفسيًا وذهنيًا وعضويًا إذا ازداد ضغط المجتمع على الإنسان عـن طريـق

الأنا الخاصة به خصوصا إذا كان هذا الإنسان ضعيفا من حيث الطاقة النفسية أى إذا استمر الضغط طويلاً؛ بحيث تفرغ شحنات بطارية الطاقة النفسية ولا يجد الفرد أى طاقة متاحة لمقاومة الضغوط الخارجية فيحدث الانهيار النفسى الداخلى.

إن بطارية الطاقة النفسية مثل نظام المناعة داخل جسم الإنسان الذى يقينا من الأمراض فيجب علينا دائما شحن هذه البطارية عن طريق الترويح عن النفس والبعد عن المشاكل التى إذا زادت عن حد معين قد تدمر الإنسان داخليًا، كما يجب أن نشغل تفكيرنا ومجهودنا فى الرياضة أو القراءة أو عن طريق العلاج النفسى إذا وصلت الحالة إلى الحد الحرج.

الأنا العليا (Ego Super):

هذا الجزء من الشخصية الذى يتكون لاشعوريا ويعتبر كرقيب داخلى وحائلا ضد اندفاع الغرائز المدمرة و الرغبات البدائية المكبوتة فى اللاشعور، ويسمى علماء النفس الأنا العليا بالضمير الذى يتكون على مر سنوات العمر من خلال تجاربه وقراءاته وعقائده المكتسبة من المجتمع.

إن الصراع الداخلى لا ينتهى فالأنا العليا أيضا تتصارع مع الأنا إذا لاحظت تصرفا للإنسان يتنافى مع القيم أو أخلاق المجتمع وقد يؤدى ذلك إلى عقاب الإنسان لنفسه فكثير منا له ضمير نشط يكفر دائما عن خطئه فإذا أخطأ الفرد ذو الضمير النشط فأنه يكفر عن خطئه بالصلاة أو الصوم أو الدعاء بالتوبة أو قد يحرم نفسه من بعض المتع تكفيرا عن معصية قد ارتكبها. إن خطيئة الفعل واعتبارها معصية هى عملية نسبية تختلف باختلاف الفرد والمجتمع والزمان.

إن إنهاء الصراع أو الخروج منه لا يتم إلا على طريق الإشباع للحاجة التى هى سبب الصراع والتغلب على العقبات التى تقابلنا، وإذا لم يستطع الفرد إنهاء الصراع بطريقة صحية نفسيًا فإنه يلجأ كرد فعل للإحباط إلى العدوان أو إلى الخيال وأحلام اليقظة أو الانسحاب السلبى.. قد يكون الفرق بين إنهاء الصراع

بطريقة صحية أو بطريقة غير صحية شعرة رقيقة من المرونة أو قالب من الصلف والكبرياء والحساسية نضع أنفسنا فيه، نخطأ ومن منا بلا خطيئة ولكن يمنعنا كبرياؤنا ألا نعتذر وتبدأ سلسلة من الصراعات قد لا تنتهى إلا بمرض أو وفاة أو فقد ماديات كثيرة، فلندع الصراع للحالات التى نتأكد فيها أننا على حق وأننا نملك القوة أو بعض القوة لمواجهة الصراع، فالصراع الداخلى يفقد أشد الناس ذكاءً حكمته وذكائه خلال فترة الصراع فيتصرف كالحمقى ويتحول إلى إنسان فطرى. إن الصراع يستلزم دراسة إمكانياتك وظروفك وكذلك قدرات من تواجهه، وفى الصراع يجب الأخذ فى الاعتبار الاحتمالات القدرية المتوقعة فنحن نمكر والغريم يمكر ولكن القدر قد يمكر أيضاً لنا أو علينا.

قد ننتصر وقد نفشل ولكن دائما للإنسان سبل كثيرة دفاعية لمواجهة الفشل فى الصراع والإحباط الناتج من هذا الفشل، مثل تبرير الدخول فى الصراع وإلقاء اللوم على الغير والكذب والإسقاط بنسب الصفات السيئة بعد تضخيمها إلى الغير. يعيش معظم الناس متوهمين أنهم الأحسن والأرجح عقلا من باقى قطيع البشر فالصواب دائما منهم والخطأ دائما من الغير.

إن الصراع أهم سمة فى نظام الكائن الحى ويتحقق النصر للفرد الأكثر استعدادًا للنضال، وكلما تفهمنا دوافع الصراع وحصلنا على المعلومات الكافية عمن نصارعه واكتسبنا خبرات متنوعة وعميقة فى مجالالحياة ونمينا الجسد والعقل وتحلينا بالمرونة والصبر؛ لاستطعنا أن نقاوم ونناضل على علم وفى الحق.

* * *

الدوافع والسلوك

يتمثل الدافع فى إشباع حاجة أو تحقيق هدف أو التصرف تبعا لعادة مكتسبة، وفى المعنى الأعم للدافع يعتبر المثير دافعًا أيضاً. تنبع عملية إشباع الحاجة أو تحقيق هدف ما من استثارة داخلية للإنسان، فمثلاً فى حالة الجوع عند استهلاك الطعام وتحوله إلى طاقة تتبادل الإشارات بين المخ والنظم الداخلية لجسم الإنسان ليظهر الإحساس بالجوع، كما تتم الإثارة الجنسية عن طريق الرؤية أو السمع أو حتى التخيل، وفى حالة الصراع يبدأ الإنسان فى التحفز استعدادًا للعراك والقتال، وكل هذه عمليات داخلية ينظمها مخ الإنسان.

وتعتبر عملية إشباع الحاجات الأساسية وإشباع الغرائز من أهم الدوافع لدى الإنسان، كذلك ينبع دافع تحقيق الهدف من الغرائز، فإن هدف الوصول إلى مركز اجتماعى أو سياسى مرموق ينشأ بطريقة شعورية أو لاشعورية من إشباع بعض الغرائز المركبة معا مثل غرائز السيطرة والتملك وحب الاجتماع والصراع.

أن إشباع العواطف مثل عاطفة الحب التى لا يعتبرها بعض علماء النفس غريزة أولية ولكن عاطفة مركبة تستثار أيضاً عن طريق تفاعل أكثر من غريزة معا ومنها الغريزة الجنسية وغريزة الخنوع عند بعض الناس وغريزة التملك عند آخرين.

ووجود الدافع أو المثير هو الذى يملى علينا أنماطًا معينة من السلوك والانفعالات المختلفة من صراع أو سكينة أو الشعور بالحزن والألم أو الشعور بالسعادة والهناء. يمكن تقسيم الدوافع إلى دوافع أولية أو ما يسمى بالدوافع العضوية وإلى دوافع ثانوية وهى دوافع نفسية اجتماعية أو دوافع ذاتية تختلف من شخص لآخر، وتنبع الدوافع الأولية من الفطرة حيث أنها دوافع لم يكتسبها

الإنسان عن طريق الخبرة أو التعليم. ومن هذه الدوافع الحاجة إلى الهواء والطعام والشراب والجنس والمأوى. ويختلف السلوك لإشباع هذه الدوافع إلى عوامل كثيرة منها وراثية فى جينات الإنسان ومنها مكتسبة من البيئة فى المنزل ودور التعليم والعقيدة والثقافة (Culture) بصفة عامة كما يختلف السلوك تبعا لشدة الحاجة - أى قوة الدافع - فالإحساس بالجوع أو العطش قد يؤدى إلى الطلب أو الاستجداء، أما إذا اشتد هذا الإحساس فقد يؤدى ذلك إلى أذى الغير إذا لزم الأمر للحصول على الطعام أو الشراب. لقد سجل د.جمال حمدان فى موسوعته (شخصية مصر) عن عمليات اصطياد البشر وقتلهم لسد الإحساس الشديد بالجوع أوقات المجاعات التى عانى منها الشعب المصرى من مئات السنين.

إذا كانت الدوافع الأولية مشتركة بين جميع الناس فإن الدوافع الثانوية هى دوافع شخصية تختص بالفرد ذاته وتعتبر الأساس فى اختلاف إنسان عن الآخر من حيث الميول والأخلاق والشخصية، وتنبع هذه الدوافع من البيئة والوراثة معا فإذا كانت الدورات الطبيعية (المزاجية والذهنية والنشاطية) والتى لها تأثير على سلوك الإنسان بصفة عامة تعتمد قوتها وتوقيتها على جيناته وميعاد ميلاده؛ فإن الخبرات المكتسبة أيضاً قد تحد من قوتها أو إلى زيادة حدتها فقد تكون الألعاب الرياضية العنيفة مثل الملاكمة والمصارعة هى البديل لغريزة العراك والصراع، كم تنظم الأديان والقوانين الموضوعة العلاقات الجنسية فقد كان المصرى القديم يتزوج من أخته أو أمه أو ابنته وكانت تنتشر فى بعض القبائل الأفريقية والأسيوية عادة تعدد الأزواج وكانت ليلة الزواج الأولى من نصيب أمير الولاية أو العمدة فى بعض البلاد الأوربية. إن هذه الدوافع (الصراع - الجنس..) تعتبر دوافع مركبة أو دوافع معقدة تتأثر بالبيئة المحيطة وتتغير بمرور الزمن.

إن الشعوب النهرية مثل شعب مصر الذى عاش على مر القرون الماضية على ضفاف النيل أو فى دلتاه يحصل على الماء اللازم للشرب أو للرى بسهولة من النهر أصبح شعبًا بحكم العادة لا يميل إلى العدوان أو الصراع وتعلم هذا الشعب

الصبر من الزراعة فهو يبذر الحب ويرويه وينتظر وقتًا طويلاً حتى يحصد ثمار كده، لذا لم يترك هذا الشعب جوار نيله حتى عندما شعر بضنك العيش ومحدودية موارده. كما أثرت بيئة المكان على شخصية هذا الشعب فأصبح مسالمًا يمكن السيطرة عليه، أما الإنسان الذى يعيش فى بيئة بدوية صحراوية حارة تتناثر أفراده أو جماعته والذى يبدأ نشاطه فى الصباح الباكر أو عند غروب الشمس لاتقاء وهج الشمس وحرارة الطقس لا يستطيع حتى أيامنا هذه الحياة فى مدينة عامرة بالسكان أو فى مبانى مشتركة مع عائلات أخرى؛ فقد تعود على نمط العائلة المنعزلة عن الآخرين. هذا من ضمن الأسباب التى أدت بالشخصية الشرق أوسطية على مر القرون إلى التفوق فى نظم الشعر والعاطفة الجياشة، إن منظر غروب الشمس أو شروقها والفضاء الواسع المفتوح أمامه أو منظر فتاة يندر أن يراها إلا على أوقات متباعدة تثير فيه عواطف كثيرة تختلف عن عواطف إنسان يعيش فى بيئة تغطيها الثلوج أكثر أوقات السنة كامنا فى منزله ذى الأبعاد المحدودة من الأفضل له أن يعيش وسط جماعات ليشعر بالدفء ويتغلب من خلال الجماعة على الوحدة والإحساس بالضيق والملل. وبالطبع فإن الإنسان الذى يعيش فى الغابات والأحراش ذى المناخ الممطر الرطب والذى يتعرض دائما إلى هجوم حيوان مفترس جائع سيكون عنيف السلوك، عدوانى، سريع الحركة، يتوقع الخطر والعدوانية ممن حوله، دائم الصراع كثير العراك.

إن كثيرًا من السلوك ينبع من دوافع غريزية فى الأصل فمثلا سياسة القطيع أو التقليد نابعة من غريزة حب الاجتماع أو غريزة الخنوع فيشعر الفرد انه بتقليد فرد أو مجموعة يتقرب منهم ويصبح فرد منتمى إلى هذا المجتمع وجزء من هذا النسيج الذى يتقرب منه أو يحس بلذة مازوكية من سيطرة فرد آخرعليه والسير فى ركاب الفرد المسيطر. إن الإعلانات التجارية عبر الراديو والتليفزيون وهرولة أفراد المجتمع فى اتجاه معين وراء فنان أو فنانة مشهورة أو وراء رجل أعمال أو سياسى ناجح هى مثال جيد لسياسة القطيع أساس علوم كثيرة منها التسويق والاقتصاد وإدارة الأعمال، وهى أيضا أساس ظهور الزعماء والمبشرين من ناحية

وظهور الدجالين والنصابين من جهة أخرى، فقد سار كثير منا وراء شرك النصب والاحتيال لمجرد أن صديق أو قريب أو زميل فى العمل سار فى هذا الطريق وبدون أن نتحرى أو نفكر فى صعاب الطريق أو نتائجه أو إذا كان هذا الطريق يؤدى إلى منفعة أو يؤدى إلى هلاك.

* * *

يؤدى أى تغير يطرأ على الإنسان إلى الانفعال حتى إذا كان التغير إلى الأحسن وليس إلى الأسوأ، ويحدث التغير كنتيجة لإثارة داخلية أو خارجية. أن الشعور بالألم فى جزء من أجزاء الجسم أو تذكر ذكريات أليمة أو حتى الذكريات السعيدة يؤدى إلى الانفعالات الداخلية. أما الاستثارة الخارجية فتنبع من حادث ما تؤثر على الجسد أو من رؤية منظر ما أو حوار أو موقف معين. ويشمل الانفعال جميع أجزاء الجسد فالاستثارة تحدث تغيرًا فى كيمياء الجسم الذى يعتبر كيان واحد متكامل، فبجانب الانفعال الخارجى الظاهر على الوجه أو الأيدى أو الأرجل يوجد انفعالات داخلية كثيرة للأنظمة والأجهزة المختلفة داخل الجسم؛ فالجهاز الهضمى والجهاز التنفسى والدورة الدموية وباقى الأنظمة الأخرى تتأثر بطريقة ما بأى انفعال يحدث للفرد كسرعة ضربات القلب وانقباض وارتخاء عضلات الجسم وجفاف الفم والحلق والاضطراب فى التنفس وتغير حرارة الجسم والشعور بالعرق وبالطبع التغير فى كيمياء الدم.

تؤدى التقاليد والعادات إلى تغير انفعالات الإنسان، فلم يصاحب تقديم الإسكيمو القديم زوجته إلى الضيوف أى انفعال بالغيرة، كما كانت عملية الاستضباع تمارس فى العصر الجاهلى بدون أى مساس بالكرامة، فكان من عادة العربى الجاهلى أن يرسل زوجته إلى رجل آخر له صفة مميزة مثل القوة أو الذكاء أو الكرم لتستضبع منه أى تنجب منه على أن ينسب المولود إلى الزوج.

من الممكن أن يتوالد داخل الإنسان انفعال مركب كنتيجة لازدواجية الشعور (Ambivalence of Feeling) أى تناقض الشعور وتذبذبه من حب وكراهية / شجاعة و خوف / ضحك وبكاء/.. لقد تعود الشعب المصرى أن

يتوقف عند الضحك الزائد ويردد (اللهم أجعله خيرا)، نحن نستكثر على أنفسنا السرور والضحك ونريد أن نعود إلى حالة البؤس والشقاء.

يعبر الإنسان عن الانفعال بطرق مختلفة تبعا لنوع الانفعال وشدته، فانفعال الفرح يختلف عن انفعال الحزن أو الكراهية أو الحقد أو الرعب أو الدهشة، وبصفة عامة يوجد ارتباط بين الانفعال وسلوك الإنسان، فالإنسان الذى يتصارع لا يبدو عليه انفعال السعادة ولكن تظهر عليه انفعالات الغضب والتحفز. وعندما يكون الدافع قويا فالانفعال بالتبعية لابد أن يكون قويا فمثلا عندما يشتد دافع الظمأ أو الجوع ينتج عنه حالات انفعالية متمثلة فى الغضب والقلق والثورة عند تأخر الشراب أو الطعام.

قد يكون الانفعال بسيطًا مما لا يستلزم التغير فى سلوك الإنسان، أو قد يستطيع المرء التحكم فيه لعدم شدة التغير أو للظروف التى أحدثت فيه التغير و التى تجبر الفرد على التحكم فى انفعاله مثل وجود شخص مهم أو الخوف من فقدان مال أو وظيفة. وتختلف قدرة التحكم فى الانفعال من فرد لآخر وفقا لشدة مكون الغرائز المختلفة فيه وما اكتسبه من المجتمع، ففى الغرب مثلا لا يهم كبت الانفعال الجنسى مقارنة بالشرق، كما أن انفعال الغضب تقل حدته فى البلاد الباردة عنه فى البلاد الحارة. وكما يتحكم فينا المكان فالزمان أيضا يتحكم فينا فانفعال الإنسان الأول فى الغابة يختلف عن انفعال الإنسان الحديث المتحضر ومن يدرى ما سيكون عليه الانفعال الشرقى فى المستقبل إذا سيطر المجتمع الغربى البارد على عملية الاستنساخ.

عاشت المرأة بالانفعال كأعظم ممثلة على مسرح الحياة، فهى تعرف جيدا متى تذرف الدموع ومتى تجمدها فى مقلتيها، تستطيع أن تظهر أى انفعال وأكثر من انفعال واحد على وجهها البرىء. فالمرأة لها القدرة عند الصيد أن تخفى انفعال الحقد والانتقام داخل ابتسامة عذبة رقيقة، وأن تظهر عند الشماتة انفعال الحزن والأسى بالرغم من أن ما بداخلها غل وفرح وسرور. كم سقط من

الرجال فى شرك انفعال المـرأة، و لم يتعلـم الرجـل علـى مـدى العصـور المختلفـة، فالذكر البشرى أو الحيوانى هو الكائن الذى لم يتعلم من تجاربه مع الأنثى بـالرغم من التاريخ المسموع أو المكتوب عند الإنسان، فسقط الذكر ومازال يسـقط فـى مستنقع عسـل الأنثـى جـاهلا أو متجـاهلا أنـه يتحلـل ويـذوب وأنـه ينتهـى إمـا كأكذوبة ذكر أو مسخرة لأنثى.

لا يستطيع الإنسان أن يمنـع انفعالـه كمـا لا يسـتطيع أن يتحكـم فيـه طـوال الوقت، ولكن يجب أن نضع أمام أعيننا لافتة تنبيهية حمـراء عـن أضـرار الانفعـال الحاد فنحن نحيا مرة واحدة، نأمل أن تكون سعيدة:

- الانفعال يجعل التفكير بطيئا ويحوله إلى عملية صعبة على الإنسان.

- يؤثر على التركيز والذاكرة والإدراك.

- يساعد الانفعـال الحـاد علـى تفكـك المعلومـات المكتسـبة حديثـا فتتغلـب المعلومات الغريزية الأولية على التفكير والسـلوك، وقـد يـؤدى ذلـك إلى السـلوك العدوانى.

- وأخيرًا يؤدى الانفعال إلى تغيرات عضوية فى الأنسجة وإلى قرحة المعـدة، قرحة الأمعاء، ارتفاع ضغط الدم، الربو الشعبى، فقدان الشهية أو الشره، أمـراض الحساسية بالإضافة إلى الأمراض الخاصة بالجهاز البولى والتناسلى والقلب.

* * *

العاطفة

تعبر العاطفة عن ميول داخلى لموضوع معين، ويكون قد تم اكتساب هذا الميول عن طريق التجارب والخبرات التى مر بها الإنسان خلال رحلة حياته. وتتكون العاطفة من مجموعة من الانفعالات قد يكون بعضها غريزياً والبعض الآخر مكتسباً. و كلما تعقدت العاطفة زادت الانفعالات المصاحبة لها، فعاطفة الأمومة تصاحبها انفعالات الخوف والحنان وحب التملك.

إن المرأة البدينة نوعا ما، البيضاء البشرة كانت مفضلة فى قديم الزمن ومع تفاعل غريزة الجنس وما اكتسبه الفرد من المجتمع عن جمال المرأة البدينة البيضاء البشرة قد تنشأ عاطفة الحب عندما يرى أحد من أجدادنا مثل هذه الفتاة تسير فى الطريق، أما الآن فقد فرض المجتمع على مقاييس الجمال الرشاقة والقوام الممشوق وأصبحت المرأة البدينة تثير الشفقة بدلا من الإعجاب وإثارة عاطفة الحب. قد نجهل سبب حبنا أو كرهنا إلى أصناف معينة من الطعام ولكن بالرجوع بذاكرتنا إلى الوراء والبحث عن مواقف معينة سعيدة أو غير سعيدة مرتبطة بهذه الأصناف قد نتذكر السبب.

إذا كان الانفعال حدث عابر ينتهى بعد قليل من الزمن فإن العاطفة التى اكتسبت وتكونت من خلال تجارب كثيرة متكررة على مدى من الزمن تظل لاصقة للفرد طويلا، قد تستمر العمر كله أو قد تتغير بتغير الظروف واكتساب الفرد خبرات جديدة مختلفة بانتقال الفرد مثلا من مجتمع إلى مجتمع آخر مختلف. وتلعب العواطف دوراً هاماً فى حياتنا، فقد تكون هى الدافع لتحقيق الهدف وقد تغير من اتجاه الفرد، فمن منا لم يتأثر بصديقه أو بمن يحب وسمع نصائحه وألغى فى بعض أو كل الأوقات استخدام العقل والمنطق، ليس المهم إلى الأفضل أو إلى الأسوأ ولكن قد نغير اتجاه حياتنا وسلوكنا لمجرد إرضاء من نحب.

قد تجدد العاطفة نشاطنا وتوصلنا إلى الأحسن وقد تدمرنا إذا سرنا وراءها مغمضى الأعين، صم لا نسمع إلا نداء العواطف، بكم لا نتكلم إلا بلسان الحبيب. بالطبع يوجد عواطف نبيلة مثل عاطفة الأمومة، ولكن يجب أن نتنبه فقد تنقلب هذه العاطفة إلى حب للتملك والسيطرة. ومن العواطف الاجتماعية النبيلة، أيضا عاطفة التدين وعاطفة حب الوطن وحب المجتمع الذى نعيش فيه، فقد نبذل أرواحنا فى سبيل الدين أو فى سبيل الوطن، نقاتل للدفاع عنه، غير عابئين بالنتائج أو الخسائر.

بالإضافة إلى العواطف السابق سردها يوجد أيضا نوع آخر من العواطف المجردة كالميل إلى المثل العليا والأخلاق والصدق والأمانة، أو الميل إلى الطرف النقيض من هذه العواطف من كذب وحقد وقسوة والسطو على ممتلكات الغير. إن للأسرة ودور التعليم بل والمجتمع ككل الدور الأساسى فى توجيه هذه العواطف إما إلى الأفضل أو إلى الأسوأ، ولكن على أية حال فالأفضل والأسوأ عملية نسبية تتغير تبعا للزمان والمكان، فأصبحت التضحية من أجل صديق كما كان يحدث منذ زمن طويل مضى نوع من أنواع السذاجة فى وقتنا الحالى، وكذلك حب واحترام الوالدين الذى ساد حتى منتصف القرن العشرين أصبح الآن أو كاد يصبح من مخلفات التاريخ. ومع الاتجاه إلى الانفتاح الاقتصادى و الثقافى و العولمة بمعناها الشامل أصبح الانتماء نوع من التخلف.

تختلف شدة العواطف من شخص لآخر فقد تسيطر عاطفة ما على الفرد وتصبح هذه العاطفة هى السمة المميزة لهذا الفرد؛ فيوجد إنسان يسيطر عليه حب جمع المال بشراهة أو الحنان الزائد أو الأنانية أو عشقه للسفر والترحال، وليس معنى هذا أن الفرد لا يملك باقى العواطف ولكن قد تظهر عاطفة أو أكثر بصورة واضحة وقوية فى الشخصية، أما باقى العواطف فتظهر بصورة أقل قوة أو بصورة باهتة.

ونعود مرة ثانية إلى قوة الزمن وتأثيره على العاطفة، فالتجارب المكتسبة قد تغير من شدة العاطفة. إذا كنت رجلاً فى الخمسين من عمرك فارجع إلى الوراء ربع قرن وتذكر ماذا كنت وأنت فى الخامسة والعشرين من العمر، بالطبع كنت رجلا أقل شراهة لجمع المال، كنت متعطشاً للحب، يملأ قلبك الرومانسية والشفافية، تحلم بالزواج من فتاة أحلامك وتحلم بالأسرة السعيدة وبالخلف الصالح، لقد كنت مزهوا بنفسك وبشبابك وتخطط لما ستفعله فى المستقبل على ثقة بقدراتك، قد يملؤك الغرور والكبر والعناد فهذه هى عواطف الشباب. لا تفرح وانتظر قليلا فها أنت قد تزوجت بمن تحبها وأنجبت أطفالاً وبدأت المرأة بعد سنوات من الزواج فى التكشير عن أنيابها، لقد تغيرت وتطلعت إلى الأعلى تريد رفاهية العيش والسكن فصديقتها تزوجت من غنى يوفر لها سبل الراحة والرفاهية وصديقتها الأخرى تسافر إلى الخارج سنويا للسياحة أو يهديها زوجها النفيس من المجوهرات، ثم كبر الأولاد وقارنوا أنفسهم بمن أعلى منهم مستوى وازداد الضغط عليك ياعزيزى المسكين وأصبحت المطالب كثيرة والاحتياجات مستمرة، وأصبحت كالثور الدائر فى ساقية معصوب العينين تسعى للحصول على المال لإرضاء زوجتك وأولادك ونسيت العواطف السامية فقد خفت شدتها بل قد تكون بهتت أو ضاعت ودفنت، واشتدت عواطف أخرى من الجشع وجمع المال، وها أنت قد وصلت إلى مركز أعلى بعد مرور خمس وعشرون سنة من العمل وأصبحت المراكز محدودة يجب أن تتصارع للحصول على إحداها وإن حصلت عليها يجب أن تصارع لتستمر على القمة وضغوط الأسرة متحدة مع ضغوط العمل ستصيبك بالطبع أمراض ضغط الدم والسكر والقرحة وأمراض أخرى قد تكون فيك وأنت لا تعلمها فليس عندك وقت يا مسكين لتذهب إلى الطبيب.

إن مصير الإنسان إلى الموت وكل هذه الأسباب تعجل بك إلى القبر فهذا هو النظام الكونى البشرى شئت أو لم تشأ ستمر به وتعيش فيه حتى الموت.

* * *

القوة

يمكن تعريف القوة بأنها القدرة على السيطرة وتوجيه الآخرين والحصول على المركز الأدبى والمال والأصول (Assets) المادية الثمينة. إن امتلاك القوة فى حد ذاتها لا تؤهل إلى حل المشكلات والوصول إلى الأهداف، ولكن طريقة إدارة هذه القوة واستغلالها الاستغلال الأمثل هى الباب الذى يؤدى إلى النجاح . إذا امتلكت المال و لم تستخدمه فلن تحصل على شئ.

أن السيطرة على مجموعة من الأفراد بدون الحصول على أقصى جهد ذهنى وجسدى منهم لن يجدى فقد يفوق تكلفتهم على نفعهم، فليس المهم الحصول على القوة ولكن كيفية تسخير القوة للوصول إلى ما تصبو إليه هو الأهم.

إن إدارة القوى تطلب معرفة علوم متنوعة مثل الإدارة المالية وإدارة المنشآت الإقتصادية (صناعية- زراعية - تجارية...) وعلم النفس اللازم لإدارة الأفراد العاملين، وبحوث عمليات، وعلاقات عامة وخلافة من علوم الإدارة الحديثة.

من الطبيعى أن يلجأ الزعماء وذوى النفوذ فى الغرب أو حتى فى بعض البلاد الشرقية إلى مؤسسات متخصصة لتلميع أنفسهم، حتى يمكن التعامل مع الجماهير لاكتساب الشعبية اللازمة للحصول على المركز الأدبى أو السياسى الذى يعتبر جزءًا من القوة.

إن طريق الحصول على القوة واستخدامها ملئ بالصراع فالقوة الوحيدة المطلقة هى قوة الله وباقى القوى نسبية فإذا حصلنا على قوة معينة فإننا نتطلع إلى قوة أكبر مادام غيرنا يمتلكها ومن هنا يبدأ الصراع مع الآخرين مادام الإنسان غير قانع بما يملك.

من خلال المنافسة نسعى ونجاهد للحصول على القوة؛ فإذا كان تعريف المنافسة هو الحصول على شئ معين قبل أن يصل إليه الآخرون وهذا الشئ يجب أن يكون قيمًا بقيمة المجهود الذى يبذل للحصول علية، ومادام الشئ قيم فإنه يعتبر قوة، فالمال قوة والسلطة قوة وكلاهما قيم، هذه الكلمة النابعة من القيمة. إن الإنسان لا يتنافس على لا شئ وأى شئ يحصل عليه الإنسان له قيمة تعتبر قوة مادام يمكن تحويله إلى مال والذى يمكن عن طريقة الحصول على السلطة أو أى هدف آخر، كذلك من السهل الحصول على المال عن طريق السلطة مثل ما يحدث فى جميع الدول الديكتاتورية.

إن من سلبيات الحصول على القوة هو البعد عن النواحى الإنسانية فى صراعنا مع المنافسين أو الذين يعترضوا طريقنا. أن تعبير الحصول على القوة أكثر واقعية من تعبير الوصول إلى القوة فكلمة الوصول ترتبط بنهاية، أما الطمع فى تحقيق القوة ليس له نهاية فكانت السيوف والرماح والخيل فى قديم الزمان من مظاهر القوة ثم أصبح المدفع والمال هما أساس القوة، أما الآن فإن التحكم فى المؤسسات المالية والإعلامية فى بعض البلاد والاستحواذ على الحكم فى البلاد الأخرى هى السبل اللازمة للحصول على القوة بجانب القوة العسكرية بالطبع. كانت وستظل قوة المال والقوة العسكرية والسلطة المطلقة مطمعنا نحن البشر إذا أظهرنا ذلك أو تظاهرنا بعكسه، إنها غرائز موروثة وخبرات دميمة مكتسبة منذ بدء الخليقة.

* * *

حين يمنح الإنسـان فرصـة لتطويـر نفسـه فـإن كثـيرًا مـن القـوى الخفيـة مـن الإمكانيات الذاتية تظهر وتنمو، هذه القوى الغير متوقعة والغير عادية تظهر أيضـا فى حالات الصراع العنيف وعند الشعور بالخطر الذى قـد يداهـم الإنسـان. لقـد سمعنا وقرأنا عن قصص كثيرة لأناس اضطروا أن يعيشوا أياماً من غير طعام أو ماء أو مكثوا تحت أنقاض مبنى متهدم لعدة أيام، أو الصمود أمام مـرض مسـتعصٍ أو مرض خبيث، فاستطاع البعض أن ينتصر بالإصرار والعزيمة والرغبة فى الحياة.

إن المجهود الجسدى أو العقلى غير العادى والذى يظهـر فقـط وقـت الصـراع مع عدو أو مع مرض ينبع من غريـزة حـب البقـاء والكفـاح. فـى تخطيـط حياتنـا ومستقبلنا نأخذ فى الحسبان عوامل كثيرة نابعة من تجاربنا العادية ولكن لا نـأخذ فـى الاعتبـار القـوى الغـير عاديـة، الأخـرى التـى لـو مارسـناها وتعودنـا عليهـا وطورناها لأصبحت قوى عادية ثم نبدأ فى تطوير قـوى غـير عاديـة جديـدة. إن الريـاضى الـذى يتـدرب يكتسـب قـوة جديـدة لم يكـن يملكهـا قبـل التدريـب وباستمرار التدريب والتطوير فى أساليب التدريب يكتسب قوى أكبر، نعم يوجد حد للقوى المكتسبة وهو حد التشـبع ولكـن يجـب أن نعلـم أن لدينـا مجـال كبـير وواسع لاكتساب قوى جديدة جسدية وعقلية ونفسـية ومـع الإدارة المبنيـة علـى العلوم الحديثة لإدارة هذه القوى الثلاث نستطيع أن نفعـل الكثـير فـى الحـرب أو السلم مع العدو أو مع الصديق، مع أنفسنا أو حتى مع الطبيعة.

يبدأ الإنسان فى أول مراحله بالكفـاح مـن أجـل الحصـول علـى احتياجاتـه الأولية، وتعتبر الاحتياجات عملية نسبية تبدأ بالحصول على حق الحياة باستنشـاق الهواء وشرب الماء وتناول ما يسـد الجـوع مـن طعـام ثـم مـرورا بـالحصول علـى الاحتياجات الأخرى المتقدمة؛ مثل المسكن والجنس وإبداء الرأى إلى المـرور علـى المراحل الأخرى المتقدمة من الاحتياجات للوصول إلى الرفاهية.

تقوم الحاجة بدور الحافز المطلوب للكفاح. متى وجد الشعور بالحرمان مع الرغبة فى إشباع هذا الحرمان وجدت إرادة الكفاح لتحقيق الهدف. قد يولد الإنسان فقيرًا أو غنيًا ويرث ما تركه الأهل من غنى أو فقر، أى أن الإنسان مع ميراث شخصيته وذاته المنفردة يرث عامل مؤثر فى الكفاح وهو الشعور بالحرمان أو الشعور بالإشباع. بالتأكيد يعتبر الشعور بالحرمان عامل نسبى يختلف من شخص لآخر باختلاف الشعور بمقدار و قوة الرضا والقناعة لما يملكه الفرد. فمثلاً إذا كان الإنسان فقيرا ولكن لديه إحساسًا بالرضا والقناعة بما يملك أو بما لا يملك فلن يتولد عنده الإحساس بالحرمان وبالتالى لن يتولد عنده حافز الكفاح. أما الإنسان الذى ولد غنيا قد يقنع بما لديه من مال وإمكانيات وأيضا قد يتولد عنده طموح زائد ورغبة جامحة لإشباع مزيد من الحاجات. بصفة عامة يتولد الحافز أكثر فى حالة الفقر والحرمان مما يؤدى إلى دورات بزوغ نجم بعض الأفراد فى عالم المال والشهرة وهبوط آخرين انتابهم الشعور بالشبع والاسترخاء فتناقصت ثرواتهم وإمكانياتهم تمهيدا لصعود مجموعة أخرى ليتحقق نظام جزئى من النظام الكلى للكون وهو نظام الدورات من صعود وهبوط، من بزوغ وأفول ومن أوج وحضيض.

لقد نشأت القوانين وقواعد لعبة التعامل (Game of Dealing) مع الآخرين لتنظيم عملية الصراع وكبح القوى المدمرة التى قد تهدد البشر ولكن يظل الصراع قائمًا. إن توازن القوى مطلوب فى النظام الكونى كعامل لاستمرار الحياة فبدونه تستطيع فئة قليلة قيادة باقى البشر كالأغنام، لقد عانت المجتمعات المختلفة التى لا تمارس الديمقراطية من وجود قوة واحدة تحكم وتأمر وتظلم حتى تصل عادة إلى القمع والسجن والقتل.

لقد وجد الطغيان منذ قديم الزمن ومبرراته كثيرة، إما لإنقاذ البشر من التخلف والعدوان وإما لإصلاح ما أفسده سلفه أو نشر رسالة إلهية، لا يهم السبب فى الطغيان ولكن فى النهاية يتسلط فرد أو فئة على مجموعة من البشر أو

حتى على شعب بأكمله. يسخر الطاغية كل موارد بلاده لإشباع رغباته وملذاته، لا يهمه مصلحة شعبه ولكن يضع طموحاته وتوسيع ملكه ومتعه الحسية فى المقام الأول. لا يحب الطاغية أن يكون موضع مسائلة أو مراقبة، لا يقبل مبدأ الشورى أو الديمقراطية، الحكم المطلق له أبدى، يطبق القانون على الغير ولكنه فوق القانون، فهو الحاكم الأوحد القادر والعارف بما يريد شعبه.

ماذا جنى طاغية الماضى أو الحاضر إلا أشلاء رجال وسبى نساء ويُتم أطفال، ينتهى مجد الطاغية فى كتب التاريخ بدون عظة أو اعتبار من مشروع طاغية جديد أو مشروع مستبد آخر، إن الإنسان لا يتعظ إلا بالتجربة العملية التى تقع عليه، وحتى التجربة القاسية التى نمر بها قد يمحوها أو يحاول أن يمحوها غرور الإنسان، ويظل ألم الإنسان هو الباقى لأن الطغيان والاستبداد مستمران باستمرار الحياة على نظام السيد والعبد المسود، الظالم والضعيف المظلوم. مهما تكلمنا عن العدل والحرية والمساواة وغيرها من الشعارات الرنانة ومهما مارسنا الديمقراطية أو الاشتراكية فسوف يستمر ظلم الإنسان لإنسان آخر وسوف يظهر طغيان واستبداد أجيال أخرى من الطغاة ومن المستبدين. إذا كان الرق الأسود قد انتهى فرضا فمازال الرق الأبيض قائمًا ومازال امتهان إنسان لإنسان آخر قائمًا، نظام ولد مع البداية وسيستمر حتى النهاية.

قد يظهر الكفاح من خلال أفراد المجتمعات الغير ديمقراطية ولكنه كفاح غال قد يكلف كثير من أفراد المجتمع حرياتهم وأرواحهم، وقد يستمر طويلا حتى ينتصر أى من الطرفين الحرية والعدالة أو القمع والطغيان.

لقد نشأت القوانين من خلال (صراع الحق أمام قوى الشر والظلم)، وتظهر أيضاً هنا النظرية النسبية فالحق قد يكون له أكثر من وجهة نظر فإذا سألنا جهتان تتحاربان عن وجهة نظرهما فى الحرب ستجد لكل منهما وجهة نظر مختلفة عن من هو صاحب الحق فى هذه الحرب. فى كثير من الأحيان نكافح من أجل الشئ ونكافح أيضا من أجل ضد الشئ، فالشعوب عامة تكافح من أجل الحصول على

الحرية والفرد أيضا يدافع من أجل حريته فى المنزل مع باقى أفراد أسرته وفى العمل ليكون له رأى خاص به بعيدا عن رأى زملائه أو حتى رؤسائه وفى النادى وفى الشارع وفى كل مكان يكافح الإنسان من أجل حريته ولكن الحرية لها ثمن غال ومكلف فحريتى قد تتعارض مع حريتك فوضعنا القوانين والقواعد للحد من الحرية فليس لى الحق أن أزعجك بالصوت العالى للأجهزة الصوتية وليس لى الحق أن أجاهر بآرائى التى قد تثير الجماهير وليس لى الحق أن أسير فى الطريق العام بملابس غير لائقة، وليس لى الحق فى الاستخدام بحرية لأشياء أمتلكها ولكن قد تحد من حرية الآخرين. إن حرية الاختيار رائعة ولكن أحيانا نهرب منها ونتمنى من داخلنا أن يفرض علينا الشئ، خصوصا فى العالم الشرقى نتغنى بالحرية ونعشق القدرية.. كلاهما مطلوب، مطلوب التنوع والتغير والتضاد فالإنسان يملك كلتا الغريزتين الفردية والجماعة، غريزة تأكيد الذات وإظهار السلطة وغريزة الانتماء للمجتمع والخضوع للآخرين، نظهر إحداهما فى بعض الأحيان وننشد الأخرى عندما نريد.

نحن البشر نحب أن نعيش مع الجماعة فى بعض الوقت، نعمل ونلهو معهم أحياناً، ونحبذ أن نعيش فى انفراد فى بعض الأحيان نتذكر الماضى ونحلم للمستقبل. يجب أن نوازن بين الحالتين نتعلم أن نحيا فى مجتمع بثقة فى النفس وبدون خوف أو قلق نتعلم منه ونتفاعل فيه فالمنفعة متبادلة بما فيها من فائدة للجميع، قد نتخاصم ونتصارع مع البعض ولكن لا نهرب منه فهذا المجتمع هو كياننا الكلى الذى ينبع منه كياننا الفردى. وفى نفس الوقت يجب أن نتعلم وأن نعيش مع أنفسنا بدون الشعور بالخجل أو الملل فلكل إنسان ما يسيئه ولا يوجد إنسان بدون خطايا، فإن كان من الواجب علينا أن نعيش بالضمير فأيضا يجب علينا ألا نقسو على أنفسنا بالتأنيب المستمر للضمير.

إن النظام الكلى يتطلب منا أن نوازن بين مسايرتنا للجماعة بدون التنازل عن كرامتنا وحريتنا الشخصية وبين المطالبة بحقوقنا الفردية بدون الإساءة إلى حقوق

الآخرين. إن قمة النضوج العاطفى والعقلى هو المحافظة على هذا التوازن للوصول إلى أعلى فائدة لكل من المجتمع والفرد.

إن لم تصل إلى الأعلى فاقنع بالأقل ولكن فى جميع الأحوال لابد أن تكون الفائدة عائدة على كل من الفرد والمجتمع فإن استغلال الفرد للمجتمع عن طريق الاهتمام بأنفسنا فقط والحصول على مزايا الانتساب للمجتمع مثل الأمن والتكافل الاجتماعى والعلاج المدعم بدون تقديم المقابل المادى والعينى يضعف المجتمع ككل ويجذبه إلى التخلف الاجتماعى والاقتصادى، وأيضا فان استغلال المجتمع للفرد عن طريق عدم المساواة أو عدم نشر العدالة الاجتماعية أو تقديم الحماية الداخلية والخارجية قد يؤدى إلى العصيان أو عدم بذل الجهد المفروض بذله لرقى المجتمع وتقدمه.

إن مجالات السلطة متعددة وعلى الفرد أن يكيف نفسه حسبما تقتضيه الظروف، إن خوف الفرد من مخالفة المجتمع قد يصيبه بالقلق الغير مرغوب فيه، فإن سمحت السلطة لمجال محسوب من حرية التعبير عن النفس نستطيع من خلال تفريغ الشحنة الانفعالية الفردية إزالة جزء كبير من القلق الذى قد يؤدى إلى العنف. تعتبر الصحافة والأحزاب الحرة الغير مقيدة والجمعيات الاجتماعية والسياسية والأدبية وخلافه من الوسائل الجيدة للتعبير عن الذات الفردية داخل المجتمع.

نحن نسير فى طريق الكفاح لأنه يؤدى إلى النجاح، ومن الزاد المطلوب التزود به فى هذا الطريق قوة الإرادة. هذه الصفة تتكون من كلمتين هما القوة، والإرادة التى هى نابعة من أنا أريد الوصول إلى هدف ولابد أن يكون عندى قوة التحدى ضد اليأس والاستسلام بالإضافة إلى قوة العزيمة والمثابرة حتى لا نتأثر بتعب وطول الطريق. فالإنسان يحتاج إلى شئ ما لكى يعيش من أجله، هدف يكافح للوصول إليه، حافز يدفعه للعمل من أجل الوصول. يبدأ طريق الكفاح والنجاح بتوديع العادة التى قد تأصلت فينا وأصبحت نوع من الروتين فالطريق

ملئ بمتغيرات كثـيرة لايتماشـى معهـا رتم الحيـاة الروتينيـة، وفـى مقولـة الكـاتب الروسى دستويفسكى: إن الإنسان هو الكائن الحى الذى بمقـداره أن يتعـود علـى أى شئ - الحافز علـى إمكانيـة التغلـب علـى إدمـان العـادة والروتـين. يجـب ألا تتملكنا رغباتنا، ويجب أن نكبح نزوات النفس والشهوات. سنمر خـلال الرحلـة ببعض الفشل وبعض الأخطاء فالحياة ليست نجاح مستمر، والمطلوب منا فى هـذه المرحلـة الإيمـان بـا لله والثقـة فـى النفـس وفـى إمكاننـا تحويـل الفشـل إلى نجــاح وتصحيح الأخطاء إلى صواب، لقد كتب الفيلسـوف رويـس (أننـا إذا لم نخطـئ، وإذا لم نحاول العلو على أخطائنا، فأنه هيهات لنـا أن نصبـح حكمـاء). يجـب أن نتحلى ببعض الصفات الطيبة التى إن لم تكـن فينـا فبـالتعليم والتدريـب يمكـن أن تستكين هذه الصفات بداخلنا. تتركز الصفات المطلوبة لرحلـة الكفـاح والنجـاح فى الرؤية الواضحة، الابتكار والتجديد، نشاط وحيوية وسرعة وحركة، شخصية جذابة مرحة لاجتذاب مزيد من الأصدقاء والمعارف، المرونة والمواءمة.

وأخيراً الحفاظ على الصحة لاستكمال المسيرة، فالطريق طويل وشـاق ولكـن جائزة الوصول أحلى وأجمل وتستحق منا السير فى طريق الكفاح.

* * *

إذا كان الصراع ينبع من الاختلاف والتضاد فإن التفـاوض هـو عمليـة تقـدم فيها الاقتراحات للوصول إلى اتفاق يحقق فيه المصلحة المشـتركة فـى الأمـر الـذى يتصارع عليه الأطراف.

إن التفاوض كحل لإنهاء الصراع يطبـق فـى الصـراع البشـرى بـين الإنسـان وذاته أو الإنسان وإنسان آخر أو بين الـدول المختلفـة. وفـى جميـع الأحـوال مـن المفروض أن يتم من خلال عملية المفاوضات الوصول إلى اتفاق يرضى بدرجة مـا الطرفين أو الأطراف المعنية لإنهاء الصراع بصورة جذرية، أو تنظيم بعض جوانب السلوك فى المستقبل أو تجميد الصراع لفترة محددة (هدنة).

يتجه المتصارع إلى التفاوض عندما يجد أنه يخسر فى عملية الصـراع أو حتـى إذا انتهى الصـراع بفـوزة فقـد يتجـاوز مـا سيخسـره الفـائدة العـائدة مـن الفـوز والوصول إلى الهدف الذى يسعى إليه. فالتفاوض هو فى الأساس عمليـة حسـاب أرباح وخسائر. وتقدير أو تقييم الأرباح والخسـائر عمليـة نسـبية، فبعـض النـاس يعطى وزن وقيمة كبيرة للأربـاح أو الخسـائر الماديـة وبعـض آخـر يضـع الكرامـة والشرف فوق كل اعتبار، وقد تكون لذة الفوز بمجـرد الفـوز هـى هدفًـا فـى حـد ذاتها، المهم أن نعرف كيف نقيم وبأى ميزان نزن.

يعتبر التفاوض نوع آخر من أنواع الصراع، صراع للوصول إلى حل لمشـكلة الاختلاف مع تحقيق أكبر مكسب ممكن أو أقل خسارة ممكنة، وبصفة عامة يمكن تجميع العوامل التى تؤثر فى عملية التفاوض فى ثلاثة محاور رئيسية:

القوى المتاحة لدى المفاوضين: وتختلف طبيعة القـوى مـن قـوى عسـكرية أو قوى اقتصادية أو قوى ضغط من أطراف أخرى خارجيـة. المفـاوض الـذى يملـك القوى يستطيع أن يفرض شروطه علـى المفـاوض الأقـل قـوة. ولكـن القـوة أيضـا

نسبية، فمن لايملك القوى قد يكون أيضا قويا فهو يملك قوة اليأس المدمر. ان القاتل الهارب المحكوم عليه بالإعدام قد يمتلك قوة تدميرية نتيجة يأسه. والإرهاب أيضا قد يكون نابعًا من عقيدة حق من وجهة نظر الإرهابى وخطأ من وجهة نظر المجتمع، أو نابع من يأس من يعلم أنه لن يخسر شيئًا إذا سجن أو قتل.

إتاحة المعلومات لدى المفاوضين: تلعب المعلومات دورًا مؤثرا على مائدة المفاوضات، فحصول مصر على خرائط وصور قديمة لمنطقة طابا كان له الأثر فى سير المفاوضات. قد يكون للمفاوض الحق فيما يفاوض فيه ولكنه لايملك الدليل فيضيع حقه. فلإثبات الحق، وضع الإنسان القوانين التى تتطلب إثباتات مادية ومعلومات موثقة وصور مرئية أو مسموعة مقرونة بالادعاء. تعتبر أيضا إتاحة المعلومات عن المفاوضين أنفسهم من الأهمية إما للإقناع أو للابتزاز.

مهارة المفاوض: لقد خسرنا نحن العرب كثيرا، نحن نملك القوة الإقتصادية فى البترول والمال ونملك المعلومات فى الوثائق ولكن لانملك مهارة المفاوض الجيد. لقد أصبح التفاوض علم أساسى فى إدارة الإعمال والعلاقات الدولية والسياسية، علم يتطلب دراسة كثير من العلوم الاجتماعية والنفسية وبحوث العمليات ونظم المعلومات. ليس المهم أن تكون القوى التى يملكها المفاوض حقيقة أو خادعة، ولكن المهم هو كيف يساوم المفاوض بهذه القوى للوصول إلى ما يريد. فإذا كانت المهارة الفردية عامل مهم لفوز الفريق الرياضى فان الخطط التى يضعها المدرب ومدير الفريق، وكذلك دراسة احتمال تغيير الخطة الموضوعة مسبقًا حسب سير المباراة وتوقع الخطة التى يلعب بها الفريق المنافس لها الدور الأكبر فى الفوز. يجب أن يتعلم المفاوض ثقافة الأطراف الأخرى من المفاوضين حتى يستطيع فهم مايقولون فوسيلة الاتصال واجبة لإتمام عملية التفاوض. ليس المفروض على المفاوض فقط أن يسمع أو يقرأ أويرى ولكن يجب عليه أن يفهم ويعى ويحلل مايسمعه ومايقرأه ومايراه. فقد تعنى كلمة فى ثقافة ما معنى مختلف عن المعنى المفهوم فى ثقافة أخرى.

تعتبر المفاوضات عملية اتصال وإقناع وإدراك لعناصر المسائل المعلقة محل التفاوض، ولما كان الإدراك نسبى يختلف باختلاف الثقافات المختلفة المتكونة عبر آلاف السنين من معتقدات وأديان وأساطير وطبيعة إنسانية وطبيعة مكان وزمان فقد يختلف الإدراك لدى المتفاوضين على نفس العناصر، فإذا تعلمنا ثقافة المفاوض الخصم، أوبتعبير آخر أكثر تمدنا وسلما المفاوض المقابل، نستطيع أن نقنعه بوجهة نظرنا من خلال المنظور الخاص به.

أصبح فن التفاوض علم يدرس، له مذاهب ومدارس، له أصول واستراتيجيات. فى النقاط التالية يمكن تلخيص القواعد العامة لعلمية التفاوض والاستراتيجيات التى يمكن اتباعها للوصول إلى أقصى فائدة للأطراف المتفاوضة فكلما كانت الفائدة عامة على الجميع كلما كانت النتيجة التفاوضية ثابتة وراسخة وطويلة المدى وسريع الوصول إليها:

عدم الانفعال أثناء المفاوضات وخلق المناخ المناسب البعيد عن الغضب والخوف والعدوانية.قد يستلزم الأمر كسر استمرارية المفاوضات والذهاب إلى الشرفة - كما ينصح ويليام أورى خبير المفاوضات الأمريكى - من أجل راحة الأعصاب والسيطرة على الانفعال واستنشاق مزيد من الأوكسجين وبالتأكيد حساب الأرباح والخسائر فى حالتى نجاح وفشل المفاوضات.

- تحرى الموضوعية فى حل المشاكل وتجريد الصراع من الصبغة الشخصية.

- تنمية مهارة الاستماع للأطراف الأخرى لتفريغ مابداخلهم مما يؤدى إلى الراحة النفسية لهم بالإضافة إلى الحصول على أقصى قدر من المعلومات.

- توظيف الوقت لصالحنا، فيجب أن نتعلم متى نسرع فى عملية التفاوض ومتى نسوف ونتظاهر بعدم الاهتمام.

- تحديد نقاط القوة ونقاط الضعف لأنفسنا وللأطراف الأخرى على قدر إتاحةالمعلومات الخاصة بهم.

الشرفة - كما ينصح ويليام أورى خبير المفاوضات الأمريكى - من أجل راحة الأعصاب والسيطرة على الانفعال واستنشاق مزيد من الأوكسجين وبالتأكيد حساب الأرباح والخسائر فى حالتى نجاح وفشل المفاوضات.

- تحرى الموضوعية فى حل المشاكل وتجريد الصراع من الصبغة الشخصية.

- تنمية مهارة الاستماع للأطراف الأخرى لتفريغ مابداخلهم مما يؤدى إلى الراحة النفسية لهم بالإضافة إلى الحصول على أقصى قدر من المعلومات.

- توظيف الوقت لصالحنا، فيجب أن نتعلم متى نسرع فى عملية التفاوض ومتى نسوف ونتظاهر بعدم الاهتمام.

- تحديد نقاط القوة ونقاط الضعف لأنفسنا وللأطراف الأخرى على قدر إتاحةالمعلومات الخاصة بهم.

- محاولة حفظ ماء الوجه للطرف الاخر وتقديم اقتراحاتنا كانها نابعة منه ومتماشية مع قيمه ومفاهيمه.

- توسيع قاعدة الاختيارات وإتاحة أكثر من حل للمشكلة.

- إمكانية تغيير اتجاه المفاوضات لإحداث عنصر المفاجأة أو لإرباك المفاوض المقابل.

- التمويه عن التحركات وتسريب بعض الحقائق أو الإشاعات بطرق غير مباشرة لمعرفة رد فعل الأطراف الأخرى قبل الدخول فى عملية المفاوضات.

- تنويع وفد المفاوضات ليشمل الطيب والشرس، لكل منهما دور سيلعبه فى ملعب المفاوضات.

- تطبيق استراتيجية الخطوة بخطوة إذا كانت الأطراف المتفاوضة لاتعرف بعضها البعض أو استراتيجية الضربة القاضية المفاجأة فى حالة تهاون وعدم تركيز الطرف المقابل.

- قدرة على التعامل مع الاستفادة من المعلومات.
- القدرة على إدراك واستغلال القوة.
- التحلى بالصبر والثقة بالنفس.
- القدرة على الاحتمال الجسدى والعقلى لعملية المفاوضات.

يثار سؤال مهم أثناء المفاوضات وهو أى درجة من المخاطرة نتقبلها؟ بصورة عامة تختلف درجة تحمل المخاطرة تبعا لشخصية المفاوض، ولكن قبول المخاطرة المحسوب طبقًا لنظرية الاحتمالات يمكن أن تخفف القلق المصاحب لاتخاذ القرار المشمول بدرجة من المخاطرة، كما يمكن القول بصفة عامة أيضا أن السلوك التعاونى فى عملية المفاوضات يقل عند المفاوض الذى يتقبل درجة المخاطرة المرتفعة.

وأخيراً بدلاً أن نتصارع لماذا لانحاول أن نحل مشاكلنا ونصل إلى أهدافنا عن طريق المفاوضات، إنه نوع آخر من الصراع لايسفك فيه دماء ولايهدر فيه مال، صراع نمارسه من أجل الأفضل الذى نصبو إليه ومن أجل السعادة التى نحلم بها.

* * *

يطفو السؤال الأبدى عن الكون والذى يدور فى عقل معظم الجنس البشرى من حين لآخر وهو:

ماهى البداية وكيف ومتى ستكون النهاية ؟.

إن الإنسان البسيط الذى يعيش بفطرته وعقيدته لا يتبادر إلى ذهنه مثل هذه الأسئلة، وحتى إذا جالت فى خاطره فالعقيدة ستكون خير دفاع لما قد يتعرض إليه من يريد أن يغوص فى أعماق مثل هذه الفلسفات أو يغوص فى تحليل الأساطير الخرافية القديمة أو حتى الحديثة منها. وتجنب العقيدة والإيمان بالله ما يحدث من كثير منا نحن البشر من اكتئاب وتعاسة قد تؤدى إلى الجنون أو الانتحار.

دعنا نسلم بنظريات علماء الفلك عن الانفجار الكبير عند نشأة الكون، وأن هذا الكون الفسيح نشأ عن تمدد كتلة متجانسة صغيرة الحجم، كبيرة الكثافة، منضغطة بشكل يصعب تخيله، مرتفعة الحرارة، ونتج عن هذا التمدد خلق المجرات بما فيها من نجوم وكواكب، وأن هذا الانفجار حدث منذ خمس أو عشر أو حتى خمس عشرة ألف مليون سنة. فلا يهم هذه الفروق إذا تكلمنا فى مجال فلسفى وليس علمى. لقد تم خلق هذا الكون اللانهائى الذى له خاصية الانقباض والانتشار أى كون دائم الديناميكية والحركة، كون مجهول بدايته ونهايته.

أما بالنسبة لنهايتنا نحن البشر فقد يتوصل العلماء إلى السيناريو الأخير لاختفاء الشمس والكواكب التى تدور بفلكها عن طريق الصور الملتقطة لنجم بنفس حجم وظروف الشمس، أو عن طريق احتراق غاز الهيدروجين ونفاذه بعد عدة بلايين من السنين أو اصطدام نجم أو كوكب أو حتى نيزك بكوكبنا الحبيب،

ولكن يظل السؤال بلا جواب؛ متى وكيف كانت البداية ومتى وكيـف ستكون النهاية للبشر وللكون؟!.

ليس مجالنا أن نلبـس قبعة علماء الفلك ونبحث عن كيفية نشأة الكون وعمره، ومتى وكيف سينتهى الكون الذى نعيش فيه، ولكن قد تم النشء واستمرت حالة الكون بلايين السنيين وبدأت الحياة تدب فيه ونعنى بالحياة هنا أى كائن حى يحوى على نظام يقوم بتحريك خلاياه وذراته ومكوناته بصفة عامة. ثم خلق الإنسان، هذا اللغز المحير لجميع علماء العلم والمعرفة، جاء بالغرائز الموروثة وجاء بأحاسيس وأفعال وردود أفعال ناتجة من تفاعلات كيميائية تختلف من فرد لآخر، ثم اكتسب الإنسان خبرات من البيئة المحيطة تخزن فى ذاكرة المخ ليستعيدها أو يستعيد بعض منها فى المستقبل.

هذا المخ البشرى الذى يحتوى على خلايا عصبية كثيرة تقوم بعمل الموصلات لتخزين المعلومات واستدعائها لإدارة هذا النظام الرائع المسمى بالإنسان عن طريق النبضات العصبية (Neural Impulses). قد يمكننا قياس وتقييم بعض المشاعر والأحاسيس والعواطف الخاصة بالحب والكراهية، بالعدوان والحنان، بالحماس واليأس، بالسعادة والبؤس.. إلى آخره من مشاعر وغرائز مختلفة ولكن من الصعب فهم الأداء المعقد للمخ بصورة متكاملة فالكمال لله وحده. لقد حاول الإنسان تطوير حاسباته الآلية عن طريق برامج الذكاء الاصطناعى لتقليد أداء سلوكيات البشر التى تتصف بالذكاء ولكن مازال البون واسعًا والقدر محدودة.

لقد ولد الإنسان بغرائز ثم اكتسب خبرات من البيئة المحيطة بعد ميلاده وتم التفاعل الكيميائى وخزنت المعلومات والنتائج فى ذاكرة الإنسان وأورثنا أولادنا خبرات أخرى جديدة عن طريق التعليم ودارت عجلة التاريخ بدون أن نعرف متى وكيف كانت البداية ومتى وكيف ستكون النهاية.

وداخل رحلة الغرائز واكتساب المعلومات وجد الضمير الذى ينبع من غرائز وثقافات بيئية، كما وجدت القيم والمبادئ التى نعيش بها. ان الزواج بين الأخوات أو الأبناء والوالدين لم يكن إثما فى قديم الزمان وأوضح دليل على ذلك التاريخ الذى تركه لنا الفراعنة. حتى وقت قريب وحتى منتصف القرن العشرين كانت العلاقة الجنسية قبل الزواج فى المجتمع الغربى إثما أما فى وقتنا الحاضر فحتى العلاقات الشاذة فى بعض المجتمعات الغربية أصبحت شرعية. وحتى تاريخنا الحالى تمارس بعض سيدات القبائل الأولية فى استراليا وأفريقيا عادة تعدد الأزواج.

لقد وجدت العقيدة التى من خلالها يحدد الخير والشر، وتتغير العقيدة أيضاً باختلاف الثقافات فهى عملية نسبية بالزمان والمكان فبعض الأفعال الشريرة الآن لم تكن كذلك من آلاف السنين ومن يدرى ما سيكون عليه تعريف الخير والشر فى المستقبل، إن الرشاوى التى تدفع لتسهيل أو إنهاء عمل ما تعتبره بعض الثقافات هدايا. لم يكن شرًا فى الماضى التضحية بفتاة جميلة من أجل ألا تثور علينا الطبيعة أما الآن فحتى التضحية بالحيوان يعتبر ضد التحضر والإنسانية.

لم توجد ولن توجد المدينة الفاضلة يوتوبيا (Utopia) إلا فى مخيلة الإنسان فقط، فالصراع دائم وأبدى منذ بدء الخليقة. بدأ الصراع كما جاء بالكتب السماوية بين الخير والشر منذ أغرت الحية حواء وإغراء حواء لآدم لتناول الفاكهة المحرمة، والصراع بين آدم وذاته لعدم معصية أوامر الله من ناحية والانصياع لإغراء الحية من خلال حواء من ناحية أخرى، ثم حدثت أول جريمة كما ورد بالكتب الدينية عندما قتل قابيل أخاه هابيل بدافع الحسد والغيرة ثم بدأ مسلسل الصراع والجريمة، فهذا هو مصير الإنسان.

دعنا نتخيل مجتمع بدون صراع يحصل فيه كل إنسان على جميع حاجاته ورغباته، وهذا فرض مستحيل مادام ما يحتاجه فرد قد يتعارض مع ما يحتاجه فرد آخر، ولكن دعنا نحلم بهذا المجتمع، إذا أردت أن تحصل على طعامك أو شرابك

ساعدك باقى أفـراد المجتمـع بحمـاس وحـب، إذا مرضـت سـارع مـن حولـك إلى مداواتك وتمريضك، إذا أردت السفر والاستجمام ستجد من يعاونك ويتيح لـك السكن ووسيلة الانتقال وإذا أردت الحب ستجد من يتجاوب معك، فى المدرسـة والجامعة، فى الطريق أو فى المنزل، فـى المكتـب أو فـى المصنـع الجميـع متحـابون متعاونون، لاحاجة فى هذا المجتمع لجمع المال فكل شئ متاح لك قدر المسـتطاع، فهل حينئذ سيكون الإنسان سعيدًا، اعتقد لا، لأنه سـيكون هـذا المجتمـع الخيـالى مجتمعاً مملاً وكئيبًا من خلال التكوين البشرى الذى نحن عليه.

دعنا نزيد الحلم صعوبة ونتخيل أيضا أننـا استطعنا نـزع الشـعور بـالألم مـن الإنسان طبعًا بعد القضاء على الصراع وأسبابه، أى لا ألم فى الفراق أو الموت، لا ألم عند الجروح أو الحوادث، لا ألم من فقد أى شئ مادى أو معنوى وذلـك أمـا عن طريق عدم الفقدان أو عدم الإحساس بالفقد.

إذا وصلنا إلى هـذه الحالـة فهـل سـنصبح سـعداء، بـالمنطق سـنصل إلى حالـة الجمود وليس حالة السعادة. لقد بنى النظام البشرى أو النظام الحـى بصفـة عامـة على الألم الناشئ من الصراع، الناشئ من التضاد، بالإضافـة إلى الألم الناشـئ مـن الحوادث أو الألم الناشئ من المرض الذى يعتبر أيضا نوع من الصراع بـين أجهـزة الجسم ومناعته من جهة والميكروبات والفيروسات من جهة أخرى.

لقد خلق الله هذا النظام الديناميكى الذى نعيش فيه بـالصراع والألم، ولكـن هل نستطيع أن نحصل على السعادة بالرغم من هذا الصراع ؟ الإجابة بالطبع نعـم فهذا جزء من النظام: صراع وسعادة. ولكـن السـؤال الصعـب هـو أى قـدر مـن السعادة نستطيع أن نحصل عليها؟ وإلى أى مـدى نسـتطيع أن نطيـل فيهـا فـترات السعادة؟، هذا ما سنحاول الاجتهاد فيه فى الصفحات التالية.

* * *

الفصل الثانى

السعادة

السعادة

ماهية السعادة:

يختلف الإحساس بالسعادة من فرد لآخر تبعا لميوله وتكوينه فيصف البعض السعادة بالشعور بالرضا والقناعة ويصفها البعض الآخر بإشباع الاحتياجات أو الشعور بالبهجة والاستمتاع بالحياة أو اللذة بأنواعها المختلفة.

ولكن يعتبر الرضا العام هو العامل السائد فى الشعور بالسعادة، ويتمثل الرضا فى جوانب الحياة المختلفة من دراسة وعمل وزواج وصحة وتحقيق ذات. ويمكن أيضا تعريف الإنسان السعيد بأنه المتفائل الغير مكتئب الذى لايصل القلق لديه إلى الدرجة الحرجة التى تخرج الإنسان من مرحلة الاهتمام والكفاح إلى درجة الاكتئاب والتعاسة والسلبية.

أوردت الدراسات الحديثة أن السعادة ليست نقيض التعاسة وإن كانا هذان العاملان لايتلاقيان معا فى نفس الوقت. فيوجد بعض الاحتياجات التى لو حرم منها الإنسان يصبح تعيسًا ولو تم الحصول عليها لا يكون سعيدًا وأيضا توجد بعض المصادر المسببة لسعادتنا إن حرمنا منها لا نصبح تعساءً.

إن الخلافات الزوجية تصيبنا بالشقاء والتعاسة ولكن الزيجة العادية قد لا تجعلنا سعداء والإنسان لا يشعر بالسعادة من عامل الصحة فقط ولكن نكتئب إذا مرضنا، وينطبق على ذلك المثل الذى يقول: "إن الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يحس به إلا المرضى". وتعتبر الحياة الاجتماعية والأنشطة الترفيهية والرياضة من مصادر السعادة ولكن عدم إشباعها لاتصل بنا إلى درجة التعاسة، كما يعتقد بعض الناس أن الخلاص من المعاناة والألم مسببا لسعادة من نوع آخر يمكن تسميتها بالسعادة السلبية.

قد قامت بعض الدراسات بربط السعادة بعوامل كثيرة ومختلفة ولكن يمكن تجميع العوامل المتقاربة معا لنخلص إلى العوامل الستة الرئيسية التالية:

- الصحة/ النشاط.
- الشخصية / الذكاء.
- الحياة الأسرية / الزواج / الأولاد.
- الحالة الاقتصادية / السكن / وسائل الانتقال.
- العمل / الدرجة الوظيفية.
- ملء وقت الفراغ / النشاط الاجتماعى / النشاط الرياضى / النشاط الترفيهى.

يعتبر الاكتئاب الوجه الآخر للسعادة ويتمثل فى الإحساس بعدم التركيز والتعب والملل والأرق ويصل فى حالته المرتفعة إلى التوتر والحزن والغضب والقلق الشديد وقد ينتهى إلى الانهيار العصبى والاضطراب العقلى.

ينبع الشعور بالرضا والسعادة من ثلاثة مصادر رئيسية تدعمه وتشحنه ليظل قائما ومستمرًا، وهذه المصادر هى الدعم المادى والدعم الانفعالى والمشاركة فى الاهتمامات، ويحصل الفرد على هذا الدعم من الأسرة ثم الأقارب ثم الأصدقاء وينتهى بزملاء العمل والجيران. وبتحليل العوامل المسببة للسعادة وجد أن الصحة على قائمة هذه العوامل فالصحة تؤثر على العوامل الأخرى المسببة للسعادة، فالمعتل صحيا لا يستطيع أن يمارس العمل أو يشارك فى الأنشطة الاجتماعية أو الرياضية بصورة كاملة وقد يؤثر المرض على دخل الأسرة سلبيًا؛ فتتأثر بذلك العوامل الأخرى المسببة للسعادة مثل ملء وقت الفراغ من نشاط اجتماعى وترفيهى أو التنازل عن بعض الاحتياجات الأسرية الذى ينتج عنه النزول بالمستوى المعيشى للأسرة. إذا كانت الصحة تسبب السعادة خصوصًا إذا قارنا أنفسنا بمن حولنا الأقل منا صحة فمن ناحية أخرى فإن السعادة تسبب الصحة

فأمراض الإكتئاب والحزن كثيرة تبدأ بالقلق وتنتهى بالأزمات القلبية والدماغية مرورًا بأمراض المعدة وخلافة.

والعامل الثانى فى الأهمية للشعور بالسعادة هو الحياة الأسرية والزواج، ويعتبر الإنسان المتزوج بصفة عامة أكثر سعادة من الأعزب أو المطلق أو الأرمل. وبدون شك فإن الأسرة المتفاهمة والمستقرة أكثر سعادة من الأسرة المفككة الغير متفاهمة.

وتشير الدراسات إلى أن التأثير الإيجابى أو الشعور بالسعادة نتيجة للزواج عند الذكور أعلى منه عند الإناث، مما يدل على أن للزواج فوائد للرجال أكثر منه للنساء. وقد دلت التجارب أن الرجل لا يستطيع تحمل العيش بدون زوجة فى حالة الطلاق أو وفاة الزوجة، ولكن الأنثى تستطيع ذلك إذا وجدت الدعم المادى من مال يكفى مواجهة الاحتياجات الأساسية لها ولأولادها، وهذا يدل على قوة المرأة على عكس ما يدعيه البعض من ضعفها، هذا الضعف المزعوم تستغله المرأة وتناور به للحصول على مزيد من القوة ومزيد من الحقوق.

إن الزواج شركة نستطيع أن نجعلها دائمة وسعيدة إذا بنيت على المحبة والسكينة والصحبة وبعدت عن الاستغلال والعند والتسلط فكلا الطرفين عليه واجبات وله احتياجات يجب أن يوفرها أو يحصل عليها من الطرف الآخر، مثل توفير الطعام والمأوى والحاجة الجنسية والدعم المعنوى والمشاركة فى المشاعر والاهتمام بالطرف الآخر.

إن لهذه الشركة أهداف مشتركة فهى ليست مجال للصراع واستقلال الذات فإذا كنا نستطيع أن نجعلها شركة ناجحة ومستمرة فلماذا نعذب أنفسنا والطرف الآخر والأبناء بصراع يعود على الجميع بالتعاسة والشقاء. من خلال الحياة الأسرية الدافئة نستطيع أن ننشر الحب بين أطفالنا وأهلنا وجيراننا ليعيش الجميع فى ترابط وتراحم وسعادة.

ليس كل إنسان يعمل راضى عن عمله ولكن بصفة عامة فإن العمل أفضل من البطالة والعيش بدون عمل. قد يجد بعض الناس العمل مشبعا لأهوائهم ومثيرا لاهتمامهم أو أنه جانب رئيسى فى حياتهم إذا كانت الأنشطة الأخرى الاجتماعية والرياضية والترفيهية غير متوافرة. بالإضافة إلى أن العمل هو مصدر للحصول على الدخل المادى الذى يؤثر على الشعور بالسعادة، فإن العمل من الأسباب المباشرة للسعادة حيث أن عمل الفرد يفرض على المجتمع المكانة الاجتماعية التى يوضع فيها. إن رؤية إنجاز العمل وتحقيق الهدف هو الباعث الرئيسى للغبطة والشعور بالزهو والرضا والإشباع الداخلى. النجاح يولد متعة كبيرة ودافعًا لبذل مزيدًا من المجهود والإتقان ومحاسبة النفس من أجل الوصول إلى الأفضل، فالنجاح يعتبر حافزًا لمزيد من النجاح.

تختلف نوعية العمل كمصدر للشعور بالرضا من فرد لآخر حسبا للهواية وقدرة الفرد على أداء العمل والراتب وعوامل أخرى عديدة يتداخل فيها الفرد مع المجتمع ككل. وفى العمل يستمتع العامل أيضا بحياة اجتماعية وتبادل الحديث، حتى إذا لم يكن الحديث جادًا ومفيدًا فتبادل الآراء والخبرات والتجارب والنصائح ومناقشة الحياة الشخصية والحياة العامة من سياسة ورياضة وخلافة ومناقشة المشاعر والانفعالات الشخصية وتبادل المزاح والفكاهة يخفف من الضغوط النفسية التى قد يعيشها الفرد خارج مكان العمل. كما أن العمل يحد من الملل والفراغ الذى يعيشه الإنسان إذا كان لا يعمل. هل تؤثر الحالة الإقتصادية على الشعور بالسعادة، بالطبع يخفف وجود المال من عناء الجوع واللا مأوى ولكن وجوده لا يجعل الناس سعداء فتأثير المال محدود فى الشعور بالرضا الداخلى. قد يشترى المال المتعة ولكنه أيضا قد يتسبب فى القلق والتعاسة فمن أجل المال يجب ان نبذل مجهود جسدى وعقلى ونفسى إما للحصول عليه أو خوفا وقلقا لضياعه، خصوصا إذا كان الإنسان قليل الإيمان بالله.

لقد أثبتت الدراسات المقارنة أنه لا يوجد فروق كبيرة فى مستوى السعادة فى البلاد الغنية مثل أمريكا وأوروبا واليابان عنها فى البلاد الفقيرة فى أمريكا اللاتينية وأفريقيا وبعض البلاد الآسيوية، قد يوجد التفاوت فى السعادة داخل البلد الواحد بين الغنى والفقير، فالإنسان دائم المقارنة بين أحواله وأحوال أفراد المجتمع المحيط وإن جاءت المقارنة فى غير صالحة فإنه يشعر بالاكتئاب والتعاسة لإحساسه بالحرمان والنقص.

نعود إلى الأنشطة الاجتماعية والترفيهية والرياضية وملء وقت الفراغ. بدون شك إذا حيدنا العوامل الأخرى فإن الإنسان الاجتماعى الرياضى الذى لديه عدد كثير من الأصدقاء ويستطيع أن يستمتع بمباهج الحياة ولذاتها أكثر سعادة من غيره. إن لهذا العامل تأثيرا كبيرا نسبيا وأهمية فى مرحلة الشباب وفى مرحلة منتصف العمر وتتراجع أهمية هذا العامل بمرور الوقت خصوصا بعد الزواج عند معظم الناس ليحل محله فى الأهمية عامل الزواج وتكوين واستقرار الأسرة وتربية الأطفال. حينئذ تتحول الصداقة فى الغالب إلى اجتماعات ومناسبات أسرية، وقد تظهر الفردية الأسرية بعد بلوغ الأولاد سن المراهقة وانفصالهم عن الأسرة فيبحث كل فرد من الأسرة عن ذاته مع الأصدقاء أو الأقارب بعيدا عن باقى أفراد الأسرة أو فى دور التعليم أو فى مجال العمل أو النادى.

إن احتياج الفرد للأصدقاء يتلخص فى المساعدة العملية والمعلوماتية التى يوفرها الصديق وفى الدعم النفسى من تعاطف ومشاركة فى الأنشطة الترفيهية والرياضية والاجتماعية، فحب الاجتماع والمجتمع غريزة وإن اختلفت قوتها من إنسان لآخر فانه يجب على الإنسان إشباعها عن طريق شبكة من العلاقات الإيجابية المثمرة والتى تعود بالفائدة على جميع الأطراف بدون استغلال.

إن الفراغ الذى أحدثه التطور التكنولوجى الحديث هو أساس حالة الملل التى تعترى الإنسان والتى عبر عنها الفيلسوف الألمانى شوبنهاور فى قوله: إن الإنسانية قد حكم عليها أن تتأرجح بين طرفين أحدهما الضيق وثانيهما الملل.

إن الإنسان يشعر بالرضا والسعادة من ممارسة أنشطة وقت الفراغ مثل القراءة ومشاهدة التليفزيون والأفلام أو حتى الجلوس فى استرخاء وكسل مع سماع الموسيقى أو بدونه، وأصبح المشى فى الوقت الحالى رياضة ونشاط لملء وقت الفراغ. وتعتبر جلسات الأصدقاء وتبادل المزاح والنكات بالنسبة للمراهقين والشباب وكذلك جلسات النميمة بالنسبة للسيدات فى جميع الأعمار من الأنشطة الفعالة للتغلب على ملل وقت الفراغ.

يجب أن نعيش السعادة حتى فى أوقات المعاناة، فعندما يكون للمعاناة معنى وهدف نأمل أن يتحقق بالصبر وتحمل الألم الناتج منه نستطيع أن نشعر بقدر من السعادة أو على الأقل نسعد من ترقب السعادة القادمة. قد يكون هذا النوع من الفلسفة مطلوب كإيحاء بالسعادة وكعلاج نفسى أو كمهدئ لنفسيتنا التى قد تنهار إذا طالت مدة المعاناة.

لقد استطاع العلم الحديث التغلب على كثير من المشكلات الحياتية، واستطاع الإنسان أن يحافظ على أداء الجسم لوظائفه باستخدام العقاقير والجراحة، كما استطاع أن يستغل الطاقة بأنواعها المختلفة واستطاع الإنسان أيضا بالتقدم فى نظم الاتصالات أن يجعل هذا العالم كقرية صغيرة وأن يخفف من ملله بإشباع غريزة حب الاستطلاع عن طريق الراديو والتليفزيون والتليفون والأقمار الصناعية، ولكن فشل الإنسان الحديث أن يضع يده على سر الحياة الأكثر سعادة بالرغم من أن علوم الفلسفة والمنطق والاجتماع من أقدم العلوم.

يمكن القول أن علم النفس الحديث وعلم الاجتماع قد ساعدا فى حل كثير من المشاكل النفسية والاجتماعية ولكن لماذا لا نسير قدمًا بسرعة أكبر نحو سعادة الإنسان؟.. لماذا لا نحاول تحديث علم جديد يسمى بعلم (فن إدارة مشاكل الحياة للوصول إلى السعادة)؟ كما رفعنا راية علوم البيئة والحفاظ عليها يكون هذا العلم أشمل من علم الاجتماع وعلم النفس ليشمل مثلاً علم الإدارة والتفاوض ونشاط وقت الفراغ.

إن الحياة التعيسة طويلة بألمها، فإذا أسقطنا فترات التعاسة من حساب سنوات عمر الإنسان فأنه يتبقى فقط السنوات التى عاش فيها الإنسان سعيدا، ولكن للأسف ستكون سنوات قليلة.. قليلة جدا فالقلق والتوتر موجودان ومستمران والمدنية الحديثة تضغط علينا بمزيد من القلق والهم اللذين يعتبران العدو الرئيسى للسعادة.

* * *

ما العلاقة بين السعادة أو الرضا العام والشخصية، هل السعادة هى جزء من ذات الفرد وشخصيته أو تعتمد على الأحداث والمواقف التى نمر بها من حيث أنهـا مسـببة للسعادة أو التعاسة ؟ بالطبع كـل مـن العـاملين يؤثـران علـى المـزاج الشـخصى للفـرد وعلى طريقة معالجة الموقف الذى نتعرض له. تتبـع الصفـات الشـخصية للإنسـان مـن التفاعل بين طبيعة الإنسان المتوارثة وتنشئته. إن الفرد بشخصيته وكونه نسيج يختلـف من شخص لآخر وإن وجدت بعض الصفات المشتركة.

دعنا نستعرض العوامل التـى تؤثـر فـى صفـات الفـرد وترتبـط بـالمزاج العـام للإنسان والتى تكون شخصيتنا الدالة فى الزمن أى التى تتغير دائما مع الزمن:

أولا: الوراثة (Inheritance):

يحتوى جسم الإنسان على حوالى ١٠٠ تريليـون (مليـون مليـون) خليـة. إن مادة الصفة الوراثية فى (الجين) والتى تدخل فى عملية انقسام الخلية هـى حـامض النيوكليك – أو الدنا (Dexoyribo Nucleic Acid-DNA) – المنتظم فـى جزئيـات تسـمى كرومـوزومـات (Chromosomes) يصـل عـدد الكروموزومـات الطبيعيـة مزدوجة الشفرات داخـل الخليـة الواحـدة إلى سـتة وأربعـين كروموزومـا، بينمـا يشتمل كل حيوان منوى وبويضة غير ملقحـة علـى نصـف هـذا العـدد، وعندمـا يندمج الحيوان المنوى مع البويضة تقوم مجموعتا الكروموزومات الأحادية بتكويـن العدد الطبيعى فى كل خلية. تتكون الكروموزومـات فـى الكائنـات التـى تتكـاثر جنسيا من أزواج متماثلة تسمى الكروموزومات المتناظرة، إحداهما متوارثـة مـن الأب والأخـرى متوارثـه مـن الأم ويعتقـد علمـاء الأحيـاء ان ٣٪ فقـط مـن دنـا الإنسان هى التى لها وظيفة أما الباقى فيعتبر بدون وظائف.

توجد مادة وراثية أخرى تسمى بالرنا (Ribonucleic Acid-RNA) تمثل نسبة بسيطة من صور الحياة. تتشابه الدنا مع الرنا في أنهما يتكونان من سلسلة طويلة من وحدات بنائية من النيوكليوتيدات، وتكون هذه السلسلة مزدوجة في حالة الدنا ومفردة في حالة الرنا وكلاهما يتكاملان لتخليق البروتين (Protein Synthesis) الذى يعتبر وحدات بنائية من الأحماض الأمينية. يؤدى كل نوع من هذه الأحماض وظيفة معينة. ومن أمثلة البروتين المعروف لعامة الناس الانسيولين الذى يحتاجه يوميًا مرضى السكر.

يطرأ على الدنا تغيرات كثيرة وتزول معظم هذه التغيرات حيث تقوم مجموعة إنزيمية بإصلاح هذه العيوب أو هذه التغيرات وتعتمد عملية الإصلاح على وجود نسختين من المعلومات الوراثية، تستخدم السليمة لإصلاح التالفة. ولا تحدث عملية الإصلاح إذا حدث التلف فى النسختين.

يرتبط عمل بعض الجينات بإفرازات هرمونات الفرد مثل هرمونات الجنس التى تحدد صفات كل جنس من ذكر أو أنثى وهى المسئولة على ظهور الشعر فى بعض الأماكن على الجسد وكذلك خشونة الصوت بالنسبة للذكر وهى المسئولة أيضا على نعومة الصوت وكبر الثدى والأرداف بالنسبة للأنثى.

تكمن الشفرة الخاصة بكل عمليات الحياة والمعلومات الحياتية والطبيعية الفريدة لكل كائن حى داخل الدنا. تغذى أول خلية من الدنا المسماة بالجينات الطبيعية بكروموزومات البويضة كاملة التلقيح التى لها وظائف قائمة بذاتها، وتعتمد الصفات المميزة للكائن الحى على ترتيب وبنية الجينات. تبرمج كروموزومات البويضة كاملة التلقيح أول انقسام للخلية وكل المراحل التالية لنمو الجنين إلى أن يصبح كائن مستقل بأعضاء لها وظائفها ومدون عليها نماذج لسلوك معين يسمى بالغرائز (القتال - حب الاستطلاع - الجنس - التملك - الخنوع - الأمومة - حب الاجتماع -....) بالإضافة إلى الغرائز، يرث الإنسان من الوالدين أو الجدود الصفات الوراثية الأخرى مثل لون البشرة ولون العينين ولون الشعر، الطول أو القصر، البدانة أو النحافة.

أثبتت الدراسات الهندسة الوراثية أن الجينات مسئولة عن التفاؤل ودرجة تقبل المخاطرة؛ وعن ٥٠٪ من قلق الإنسان الذى يسبب لنا التعاسة، أما النصف الآخر من القلق فهو نابع من البيئة المحيطة والمجتمع الذى نعيش فيه. هذا القلق الذى قد يسبب لبعض منا الخوف من الخروج إلى الشارع أو الخوف من اتخاذ قرار معين أو يجعل الإنسان يشعر بعصبية عند سماع رنين التليفون خوفًا من سماع خبر غير سار.

يجرى فى الوقت الحاضر أبحاث لرسم خريطة كاملة لكل جينات الإنسان مما سيمكن الإنسان من تعديل طاقمه الوراثى وفقًا لما يريده من صفات أو نزع بعض الصفات الغير مرغوب فيها عن طريق إدخال أو استئصال جينات الصفات المطلوب تغيرها إلى أو من الخلية الجينية الأولية. أيضا سيستطيع الإنسان من تطوير أداء وظائفه لتقوم بالعمل المنوط به على درجة أعلى من الكفاءة. كما يجرى الآن أبحاث لإدخال جينات معدلة لسلوك الجينات العدوانية أو إدخال الجينات المسئولة عن السلوك العدوانى إلى مرحلة الكمون وبالتالى يمكن نشئ أجيال قادمة ذات ميول سليمة لا تميل إلى العدوان أو الصراع. وحيث أن الحروب والصراع تساعد على الاختراع والتقدم فقد تفقد الحضارة تطورها المستمر وقد تصبح الحياة رتيبة ومملة بدون التأرجح بين السعادة والصراع وقد يتحول الإنسان إلى آلة متحركة عديمة الإحساس والانفعال.

ثانيا: الدورة البيولوجية (Bio Rhythms):

والتى تحتوى على ثلاث دورات فرعية وهى الدورة العاطفية أو المزاجية بطول ٢٨ يومًا والدورة الذهنية بطول ٣٣ يوما والدورة النشاطية بطول ٢٣ يوما وتبدأ هذه الدورات من تاريخ ميلاد الفرد وتتغير شدة أو قوة مقدار الإحساس بها إيجابيا أو سلبيا من فرد لآخر. يمكن حساب هذه الدورات كل على حدة بقسمة عدد الأيام التى عاشها الفرد (من تاريخ الميلاد وحتى اليوم الذى يتم فيه الحساب - آخذًا فى الحسبان السنوات الكبيسة) على طول الدورة

ثم يسقط الرقم الصحيح من ناتج القسمة ويضرب كسر ناتج القسـمة فـى طـول الدورة للحصول على موقعنا في الدورة. فـإذا حـدث هـذا الوقـوع فـى النصـف الأول (من اليوم الثانى من الدورة إلى منتصفها) يكون الإنسان فـى حالـة مزاجيـة مرتفعة إذا كانت الدورة التى نقوم بحسابها هى الدورة المزاجيـة مثـلاً أمـا خـلال النصف الثانى من الدورة فيكون الإنسان مكتئبًا وعصبيًا نسبيًا وفى حالة مزاجيـة منخفضة، وتعتبر أيـام التغـير مـن السـالب إلى الموجـب أو العكـس (اليـوم الأول واليوم الخامس عشر فى الدورة المزاجية) هى أيام حرجة من حيث الحالة المزاجيـة المنخفضة التى قد تؤدى إلى الانفعال الحاد والعصبية الزائدة. .

وبنفس الطريقة يمكن حسـاب موقعنـا اليومـى مـن الـدورة الذهنيـة والـدورة النشاطية، ولكن يجب أن نأخذ فى الاعتبار أن الأحداث الغير عادية قـد تغـير مـن طبيعة الدورة فسماع خبر سيئ مثلاً يصيب الإنسان بالضيق بالرغم من وقوع هذا الحدث فى النصف الأول من الدورة المزاجية وأيضا الأحداث السعيدة تخفف مـن حدة الدورة المزاجية المنخفضة.

ثالثا: ميعاد الميلاد وارتباطه بالكواكب والنجوم:

يقوم علم التنجيم (Astrology) على شرح الرموز المتعلقة بسلوك البشر وأنشطته المختلفة، وليس بمعناه العامى بمعرفة الغيب الـذى لا يعلمـه إلا الله. ولـد الإنسـان فـى عالم يعج بالحياة التى هى عبارة عن نظم للطاقـة، فكوكـب الأرض نظـام مـن داخـل نظام طاقة الشمس، والشمس نظام من داخل نظام طاقة المجرة التى بدورهـا جـزء مـن نظـام الطاقـة الكونـى. يتغير المجـال المغناطيسـى بـين الشـمس والأرض وبـين الأرض والقمـر، وكذلـك بـين الأرض وبـاقى كواكـب المجموعـة الشمسـية كنتيجـة لتغـير مواضعهم بالنسبة لبعضهم البعض ما يؤثر على طباع الإنسان.

قام علماء التنجيم بتقسيم السنة إلى أثنى عشر برجًا، ولمواليـد كـل بـرج مـن البشر صفات مميزة، قد تختلف قوتها من فرد لآخر ولكن بصفة عامة يمكن اعتبـار هذه الصفات مشتركة لجميع مواليد البرج الواحد.

الحمل: متأكد من ذاته - نشيط - متعجل النتائج - لديه روح المغامرة والريادة - شجاع - يميل إلى الصراحة والصداقة - عدوانى - أنانى - مجادل - خشن الطباع - متفائل أكثر من اللازم - فى الحب حاد الطباع ويميل إلى الحرية.

الثور: حازم ورصين- متأن - راسخ - ممسك - حذر - مستاء - عنيد - يحب الأمان - يمكن الاعتماد عليه - متسامح - ملتصق بداره - استعبادى - بطئ الحركة - لا يحب التناقض فى الحب ودود وتملكى وشهوانى.

الجوزاء: متكيف مع الظروف - كثير الكلام - متقلب - كثير الحركة - يميل إلى التغير والتنوع - سهل الإثارة - ظريف - غير ممل - متناقض مع نفسه - ليس لديه القدرة على الاستمرار-ماكر فى الحب متقلب وغير عاطفى.

السرطان: حساس جدا - من السهل أن يتألم بالرغم من أنه يعطى انطباع خارجى بالقسوة - متقلب المزاج - تطرف فى العاطفة - يحب الأمان - متشبث برأيه - متعصب لأهله وقومه -وطنى - من السهل إثارته - فى الحب عاطفى ورومانسى.

الأسد: كريم - شهم - متحمس - متباه ومغرور - مجتهد - مستبد - متأكد من ذاته - متغطرس- قائد - عقل متفتح - منظم - يحب الأعمال الكبيرة - يعطى البهجة لمن يحبه.

العذراء: انتقادى - يقيم الحياة بالمنطق والحقائق - يميل إلى التحليل - صعب الإرضاء - يميل إلى المحاكاة - مرتب - حى الضمير - متحفظ - كتوم - لديه طهارة - فى الحب إما تقليدى أو يستخدم طاقاته العقلية التحليلية.

الميزان: عطوف - سهل الانقياد - دبلوماسى - متعاون - يميل إلى السلام والانسجام - يميل إلى الجمال والفن - كسول - ذكى - ليس لديه ثقة بالنفس - فى الحب رومانسى وعاطفى.

العقرب: تفكير داخلي عميق – لديه قوة إرادة – لديه نفاذ بصيرة – وقوة إقناع – صبور – تحليلي وتخيلي – عنيد – غيور – مدمر – في الحب غيوروانفعالي.

القوس: يميل إلى المثالية والخير – بشوش – محب للحرية – متفائل – محب للصداقة – محب للرياضة – ذو بصيرة – ذو اتجاه ديني وروحي – متطرف – متباهي بنفسه – في الحب متحمس ويميل إلى الحرية.

الجدى: صبور – حذر – محبط – محب للنظام – حكيم – متثاقل – مطيع – دقيق في اتباع الأوامر – عقلية غير متفتحة – متشائم – تقليدى جدًا – في الحب حذر ومحافظ وبارد.

الدلو: ميل للشعور الإنساني – تفكير تقدمي – حازم – متكبر – أفكار ثورية غير تقليدية – لا يمكن التنبؤ بأفعاله – الميل للصداقة – الميل إلى الغير عادى - – عنيد – متمرد – متقلب – فظ – ثائر – غريب الأطوار – في الحب متحمس ومتمرد.

الحوت: عاطفي – حساس – رحيم – سهل القيادة – سهل البكاء – سهل تلبية النداء للمساعدة – طبيعة متدفقة لكن غير منظمة – غير عملي – من السهل خداعه – مفرط في الحب عاطفي وخاضع.

رابعًا: الخبرات والمعلومات المكتسبة:

التي تتكون على مدى عمر الإنسان والتي تختلف نوعيتها في مجالات التعليم والعمل والاحتكاك بالآخرين داخل المجتمع الذى نعيش فيه والمجتمعات الأخرى، والتعرف على بيئات وحضارات مختلفة وطبيعة جغرافيا مختلفة عن التي نعيش فيها، وما تم اكتسابه من قراءة ومشاهدة واستماع وتجارب الإنسان طوال سنوات عمره من رفاهية وبؤس / فرح وحزن / بشاشة واكتئاب /....

قد تتأرجح شخصية الإنسان بين طرفى النقيض والبون بينهما واسع ومجال التغير كبير، لقد ذكر الفيلسوف أرسطو أن الشجاعة وسط بين التهور والجبن وأن الاعتدال وسط بين الشره وجمود الشهوة وأن الكرم وسط بين التبذير والبخل، ويظل خير الأمور الوسط ويصبح التطرف فى كلتا الاتجاهين مرض، فشدة التقشف أو شدة الإسراف مرض، وشدة القسوة أو شدة الشفقة مرض كما يعتبر من يبالغ فى النبل مريض مثل صاحب الضمير المتبلد. أن معايير القيم والأخلاق نسبية وغالبا ما يطوعها الإنسان حسب مصلحته الفردية فنعتبر الضن من جانبا حرص كما نعتبر الضن من الآخرين بخل وشح، أحيانا نعتبر أنفسنا حكماء إذا تصرفنا تصرف الجبناء وأحيانا أخرى نعتبر تهورنا شجاعة ودفاع عن الكرامة.

إذا كانت شخصية الإنسان هى محصلة ما ورثه داخل جيناته وما اكتسبه من تجارب، فلم ولن تكن أبدًا شخصية الإنسان ثابتة بل هى شخصية متغيرة مع الزمن، فالاحتمال وارد أن يصبح الوفى نذلا بعدما عانى من الاستمرار فى عملية الوفاء وأن يتحول الكرم إلى إمساك وتقتير بعد ما قاسى من الذين شملهم كرمة وأن يتحول الشجاع إلى جبان بعد أن أدمى جسده طعنات العراك أو أن يتحول الجبان إلى شجاع بعد أن ثارت كرامته بعد طول المهانة والازدراء. من الممكن أن تغير تجارب الزمان الإنسان النقى الورع إلى إنسان خبيث لئيم أو أن يتحول الجبار العاتى إلى إنسان زاهد أمين، كل الاحتمالات واردة وعلى الإنسان ألا يصدم من التغير فى طباع البشر فهى محصلة تجارب الزمان.

وأخيرا من هم السعداء؟ بالطبع السعداء هم هؤلاء الناس الذين ينظرون إلى الأمور من جوانبها المتفائلة، هؤلاء الذين لديهم نظرة إيجابية ويتوقعون الأحداث المبهجة فى المستقبل. ومن تفاعل الأربع عوامل التى سردناها مسبقًا نصل إلى أننا قد نجد انه يوجد بصفة عامة أشخاص متفائلين أو راضين وأشخاص متشائمين، أشخاص لهم مزاج إيجابى مرتفع أو مزاج سلبى منخفض، أشخاص راضين عن

حياتهم وأشخاص قانطين، ولكن لا يوجد بصفة عامة إنسان سوى يمكن أن نعتبره دائم السعادة أو دائم التعاسة والاكتئاب، إلا طبعا فى حالات الأمراض النفسية والاضطرابات العقلية. فبصفة عامة أيضا ترتبط الشخصية السعيدة بالانبساط والعلاقات الاجتماعية والرياضية والثقافية أما الشخصية التعيسة فهى ترتبط بالوحدة والبعد عن الناس وعدم المشاركة الوجدانية مع الآخرين.

ترتبط السعادة أيضا بحل الصراعات الداخلية والخارجية للفرد وتحقيق التكامل فى الشخصية بحيث ينخفض التفاوت بين التطلعات والإنجازات - رحم الله امرًا عرف قدر نفسه - فإذا كانت قدراتنا محدودة وجب الحد من تطلعاتنا وإذا وجدنا انه باستطاعتنا أن نعمل فلنعمل بكل جهدنا لتحقيق أهدافنا ولنشعر بنجاحنا ونحصل على السعادة. وللوصول إلى التكامل فى الشخصية يجب أن يكون لدينا القدرة على التخطيط الأمثل فى مجالات حياتنا المختلفة من وقت ومال وتعليم وعمل وملء وقت الفراغ وخلافه فحل المشاكل والوصول إلى الهدف بالتخطيط الأمثل المرن هى مهارة تستحق منا الجهد لممارستها على الوجه الأكمل، ويمكن القول بأن المرونة هى الياى أو الجهاز الذى يمتص صدمات عدم تحقيق المخطط أو الانحراف عن الخطة المأمولة تبعا لظروف طارئة لم تكن فى الحسبان، فتهيئة الذات بتقبل هذه الأمور وبالإيمان بالقدر يمكن التغلب على الإحباط والفشل الذى قد يصيبنا بالرغم من الدراسة والتخطيط قبل القيام بعمل ما وبالرغم من المجهود الذى نبذله لإنجاز هذا العمل.

إذا لم تكن شخصية الإنسان مكتئبة بطبيعتها فإن ضغوط الحياة الكثيرة والمتنوعة مثل فقدان أحد من أفراد الأسرة أو فقدان صديق أو حالات التفتت الأسرى أو مشاكل العمل أو المشاكل الصحية قد تسبب الاكتئاب، ومع تراكم أسباب الاكتئاب وتزايد الضغوط فان الحالة النفسية للمكتئب قد تصل إلى مرحلة الخطر. فإن الإحباط المتكرر فى فترات غير متباعدة وعدم تحقيق أهداف يصبو إليها الإنسان، أى الفشل المستمر يصيب الإنسان بالاكتئاب وبالميول العدوانية.

وأسباب الفشل كثيرة يرجع بعضها إلى نقص الكفاءة أو نقص الإمكانيات المادية والاتصالاتية (علاقات عامة) أو عدم بذل المجهود اللازم للنجاح وتحقيق الهدف، ويرجع بعضها أيضا إلى أسباب قدرية لا يستطيع الإنسان منعها أو التحكم فيها. بالإضافة إلى تأثير الوراثة على الميول العدوانية الذى يعتبره كثير من الباحثين فى مجال علوم الوراثة والهندسة الوراثية تعبير طبيعى داخل الإنسان، فقد دلت الدراسات على ارتباط العنف بالإحباط، وان لم يؤدى الإحباط إلى العنف فغالبا يسبق كل عنف نوع من أنواع الإحباط وتظهر هذه العلاقة بوضوح فى سنوات الطفولة والمراهقة فعندما لا يستطيع الطفل المراهق أن ينال ما يريده فانه يحطم ما يراه أمامه. ويتصرف الإنسان الناضج سنا الغير ناضج عاطفيا نفس تصرف الطفل أو المراهق. ويرتبط العنف بالإحساس بالنقص والخوف من الفشل فالإنسان العدوانى يميل إلى العنف كاستجابة تعويضية عن إحساسه بالنقص أو خوفه من الفشل. كما يمكن أن يكتسب العنف عن طريق التقليد من المجتمع المحيط أو من المشاهدة فى وسائل الإعلام المختلفة.

تقل القدرة على التمتع بالحياة والتمتع بالسعادة عند الإنسان الذى يستعذب الملل والتعب والذى يستسلم لليأس، فالإنسان المتردد الخائف الذى لا يثق فى نفسه بل يعتمد على الحظ وما يأتيه من الآخرين يفقد القدرة على تخطى الصعاب والتغلب على اليأس والألم.

ان طريقة التفكير السلبى وتحميل الذات أكثر من طاقاتها فى حالات الفشل تزيد من درجة الاكتئاب، وعن طريق التمسك بالإيمان بالله ومراجعة النفس فى أسباب الفشل والتعلم من تجاربنا المختلفة التى إما مررنا بها شخصيًا أو مر بها أحد من معارفنا أو اكتسبناها عن طريق القراءة أو المشاهدة، فإنه يمكننا تخفيف ضغط الاكتئاب حتى يتم الشفاء منه. وعقاب الذات عند الفشل من أسوأ ما يتعرض له الإنسان، فكل إنسان يتعرض للفشل على الأقل فى مجال ما من مجالات الحياة فلا يوجد إنسان كامل وقادر طول الوقت فإذا اقتنعنا بأننا بشر نصيب

ونخطئ، ننجح ونفشل فإننا نستطيع أن نتجاوز هذا الفشل الطارئ ونبدأ الحياة من جديد بتفاؤل فى رحمة الله- فالله رحيم معين - إن الأهداف فى الحياة كثيرة والفشل فى تحقيق هدف أو أكثر لا يعنى أن الحياة كئيبة بل بالعكس، فوجود التعاسة عند الفشل تزيد من الإحساس بحلاوة النجاح التالى، و لذة تحقيق الهدف عند النجاح، يجب ألا نيأس ونبدأ دائما من جديد بالأمل فى تحقيق الهدف والوصول إلى النجاح فإذا أغلق فى وجهنا باب فيوجد غيره ألف باب يمكن أن يفتح لنا، المهم أن نعمل للوصول إلى الأبواب الأخرى ونطرقها والله يحب كل مجتهد دؤوب.

فلنتعلم من أسباب فشلنا ونترك الماضى فقد انتهى ونتفاءل للمستقبل، ولنعش سعداءً فالحياة قصيرة لا تستحق منا الوجوم، فلنترك الصراعات الداخلية وننمى علاقاتنا الاجتماعية ونعمل بجد وننظم وقتنا ونبحث عن أنشطة وأهداف مفيدة، ونقوى إيماننا ونبدأ من جديد فإن كان الماضى مرًا فالمستقبل بإذن الله أحلى.

* * *

الذكاء

يعرف الذكاء بأنه القدرة على حل عملية عقلية بشكل صحيح، قد تكون العملية منطقية أو رياضية أو فلسفية أو في أى مجال آخر يتطلب التفكير والتصرف واتخاذ قرار.

وهو أيضا القدرة على الاستجابة الصحيحة للحقائق القائمة فى الحياة بصفة عامة، وفى المجتمع الذى يعيش فيه الإنسان بصفة خاصة.

لقد كثرت تعريفات ومقاييس الذكاء، ويمكن تلخيص هذه التعريفات فى النقاط التالية:

- القدرة على التفكير المجرد والقدرة على الاستجابة لأى مؤثر بشكل صحيح.

- القدرة على كبت الغرائز تحت ظروف معينة.

- القدرة على اكتساب المعلومات والقدرات والتعلم والاستفادة من التجربة والتكيف مع المجتمع المحيط والتكيف مع بيئة دائمة التغير، فإن أكثر الناس نجاحا فى الحياة هم الأكثر مرونة.

- القدرة على التميز بين القضايا المختلفة والتوصل إلى العموميات من الجزئيات واستبعاد المعلومات الغير مناسبة.

- القدرة على الاستجابة بمرونة وسرعة لمختلف المواقف مع عدم الانحياز الخاطئ، أى عدم التقيد باتباع سلوك معين عند التعرض لنفس الموقف بطريقة تكرارية مشابهة وإلا سيتحول سلوك الإنسان إلى سلوك آلى نمطى وليس سلوكا بشريا ذكيا.

- القدرة على اتخاذ القرارات الصحيحة بناء على الإدراك الحسى والعقلى لجوانب المشكلة والاحتمالات الواردة ونتائج جميع الاحتمالات واتخاذ أفضل القرارات التى تؤدى إلى تحقيق أفضل النتائج.

- القدرة على استنباط القوانين العامة من الأمثلة المحدودة ومعرفة جوهر الأشياء بالمقارنة بين أنواع المعلومات المختلفة.

- نقل التجربة والخبرة الذاتية إلى مواقف ومجالات جديدة للتعرف على أوجه التشابه فى هذه المواقف والتعامل معها.

- القدرة على اكتشاف الأخطاء وتصحيحها وصولا إلى تحسين الأداء.

- القدرة على فهم وتحليل المواقف الغامضة وغير التقليدية باستخدام أسلوب الاستنتاج المنطقى وكذلك القدرة على ربطها بالمواقف المشابهة.

دلت الدراسات التى أجريت على ارتباط الذكاء بمراحل العمر على زيادة القدرات العقلية للشخص الطبيعى بتقدم العمر حتى حلول سن السابعة عشر، ويصل معدل الذكاء إلى ذروته من سن الثامنة عشر حتى حلول سن الثلاثين ثم يبدأ مستوى الذكاء فى الانخفاض التدريجى.

قد يكون الشخص ذكيًا فى أوقات معينة وذو ذكاء متدنى فى أوقات أخرى نتيجة لعوامل خارجية مثل الإجهاد أو القلق أو الخوف أو الإثارة أو المرور بالجزء السلبى من الدورة العقلية (Intellectual Cycle) التى تستمر لمدة ١٧ يوم سلبيًا.

إن جزءًا من الذكاء وراثى والجزء الآخر مكتسب من البيئة ويختلف العلماء على النسبة المئوية لكل من الجزئين فالبعض يعتقد أن الجزء المكتسب يصل إلى الثلث والجزء الوراثى ثلثين والبعض الآخر يعكس النسبة إلى ثلثين للجزء المكتسب وثلث للوراثى.

ويختلف نمط التفكير من شخص لآخر، وعلى وجه العموم يوجد أربعة أنواع من أنواع التفكير وهى التفكير المرتبط بالعوامل الخارجية، والتفكير المستقل النابع

من الوحى الداخلى، والتفكير المتجمع الذى يركز على حل وحيد لمسائل معينة، و التفكير المنفرج الذى يتميز بالقدرة على خلق عديد من الأفكار الجديدة. ويميل التفكير المتجمع إلى العلوم الفيزيائية والرياضيات وأصحاب التفكير المتجمع لهم أراء وميول تقليدية كما يميلون للكبت العاطفى، أما أصحاب التفكير المنفرج فهم المتخصصون فى الفنون وعلم الأحياء ولهم ميول غير تقليدية ونشاط اجتماعي متميز ومنطلقين عاطفيا.

يذهب بعض علماء النفس والباحثين إلى تعريفات وأنماط أخرى للذكاء وهى:

الذكاء اللغوى: ويشمل البراعة فى التعامل مع الكلمات المكتوبة أو المنطوقة.

الذكاء الموسيقى: وهو القدرة على تذوق النغم والإيقاع الموسيقى.

الذكاء المنطقى: وهو القدرة على التعامل مع عمليات منطقية مثل العلوم الرياضية.

الذكاء الحيزى: وهو القدرة على التخيل والتصميم.

الذكاء البدنى: ويشمل القدرة على التحكم فى أعضاء الجسم الخاصة بالحركة.

الذكاء الشخصى: وهو القدرة على فهم وتحليل تصرفات الكائنات الأخرى ومشاعرهم ودوافعهم.

وتوجد عوامل كثيرة تؤثر على مستوى ذكاء الجنس البشرى، وتشمل هذه العوامل:

- قلة الاستخدام الذهنيالذى يقلل من النشاط الكيماوى للمخ.

- الاكتئاب والقلق والإجهاد الحاد.

- الطرق المعيشية من كسل وخمول والتى تقلل من استنشاق كمية أكبر من الأوكسجين.

- المخدرات بصفة عامة.

- النظام الغذائى، فيوجد أنواع معينة من الفيتامينات والمعادن التى تتوافر فـى بعض الأطعمة مـن فاكهـة وخضـراوات ولحـوم تزيـد مـن النشـاط العقلـى وقـوة الذاكرة وسرعة رد الفعل.

- إن الذكاء عامل رئيسى فى فهم نظام الحياة والتكيف مع المجتمع والتكيـف مع التغير الذى يعتبر سمة الحياة، وبذلك يمكـن اعتبـار الذكـاء مـن العوامـل الهامـة للتمتع بالحياة والحصول على السعادة إذا استخدم فى الطريق الصحيح بما فيـه مـن خير وصالح للمجتمع والفرد.

* * *

إن الإنسان الذكى الناضج عاطفيًا هو الذى يتقبل التغير بدون قلق أو معاناة. بدون شك تستلزم عملية تكوين وتسيير وإدارة الأسرة نوع مختلف من نمط الحياة عن الذى تعود عليه الإنسان الأعزب، فلم يصبح القرار فرديًا فالشريك الآخر له رأيه أيضا كما أصبح لازمًا على الفرد أن يتنازل عن جزء من حريته فى سبيل استمرار الكيان الأسرى الجديد فعلينا أن نواجه مسئوليات ومطالب جديدة ومختلفة قبل وبعد وجود الأطفال.

تمر الشركة الزوجية على عمليات متواصلة من الشد والجذب/الأخذ والعطاء/الإثارة والملل/... صراع خفى فى داخل الشريكين، قد تبدأ الشركة بأن كل من الطرفين يريد أن يهيمن ويفرض سيطرته على الآخر ناسيًا أن الشركة مسئولية مشتركة على قدر من المساواة كلا حسب إمكانياته وقدراته ولكن هل كل منا يستطيع فعلا معرفة حدود إمكانياته والمسئوليات التى يجب أن يتحملها فى سبيل الحياة الزوجية. بعد الشهور الأولى من الزواج يفتر الحب الرومانسى وقد ينتهى بدون رجعة وفى هذه الحالة يجب أن تحل عوامل وعواطف أخرى من المستحسن تغذيتها باستمرار، مثل التفاهم والتعاطف والدفء المنزلى حتى تستمر الشركة بسلام وهدوء، ولكن فى رتم المدنية الحديثة وخروج المرأة للعمل ومتطلبات المنزل والأطفال المستمرة هل تظل للمرأة القدرة على منح العاطفة الدافئة والحنان إلى الأسرة وهل يكون عند الرجل المطحون عملا الوقت والقدرة النفسية للمشاركة الأسرية ولمواجهة مسئولياته المادية والأسرية وبث الحب فى أسرته!، لقد أصبحت ضغوط الحياة كثيرة نتيجة لمطالبنا المتعددة فزادت نسبة الانفصال والطلاق، ويظهر الحل فى التمسك بالدين والرضا والقناعة فالمقارنة مع من حولنا تصيبنا دائما بالإحباط فنحن نرى الصورة الجميلة فقط من الأسر

المحيطة بنا، نحن والآخرين لا نظهر الوجه الداكن من حياتنا والمقارنة دائما تكون بين رغد العيش للآخرين وبين حياتنا البائسة، ناسيين أن كلنا فى الهم شركاء فكلنا نملك جزء من السعادة وجزء من التعاسة ولكن القناعة هى التى تحول التعاسة إلى قدر مقبول وتحول الشقاء إلى سعادة ننعم بها.

إن الاتصال الناجح بين أعضاء الأسرة التى تعتبر نواة المجتمع وخليته الأولى من أهم أسباب تكوين أسرة ناجحة، ولكن أين الآن الوقت اللازم للاتصال والاجتماع بجميع أفراد الأسرة فى جلسة عائلية، فالأب مشغول طوال الوقت فى العمل أو الخروج مع أصحابه، والأم تدير المنزل عن طريق التليفون، والتليفزيون، والأقمار الصناعية تستهلك معظم وقت أبنائنا، فمتى يمكننا أن نتحادث ونتجادل ونفرغ شحناتنا الانفعالية ونعطى أولادنا نتائج تجاربنا. هذه هى سلبيات الحضارة لا نستطيع إلا أن نتقبلها وإلا أصبحنا متخلفين فى أنظار المجتمع ولكن يمكننا أيضا أن نكافح من أجل اتصال ناجح يتم فى جلسة أسرية هادئة ولو كل فترة من الزمن.

يتطلب الكفاح فى الأمور الأسرية إلى الصبر الطويل والرؤية الواضحة والتخطيط السليم فنحن نكافح هنا من أجل العامل الأساسى فى حياتنا، لا نأمل فى نتائج عاجلة فنحن نتعامل مع زوجة أو زوج لهما كيانهما الخاص ونتعامل مع أطفال أو مراهقين أو شباب فى أول مراحل رجولتهم والتحاقهم بالحياة العملية.

إن الإنسان الغير ناضج هو الذى يعتبر نفسه دائما على حق والآخرين مخطئين لماذا ننظر إلى اختلاف وجهات النظر بأنها صواب وخطأ فكل منا نسيج كائن بذاته وتركيبة كيميائية تختلف من لحظة وأخرى، بالتأكيد نحن نلتقى ونختلف على مر الأيام التى نعيشها معا كأسرة فلننتهز فرصة الالتقاء ونعيشها فى سعادة وببعض التحليل للمشكلة والتغاضى عن بعض احتياجاتنا والبعد عن العناد وضيق الأفق نستطيع الإقلال من لحظات الاختلاف.

إن لكل فرد فى الأسرة حدوده ومسئولياته وقيادة الأسرة لا تنبع من السيادة ولكن من الحب والتفاهم بين جميع أفراد الأسرة التى تعتبر نواة المجتمع ومنها

تتفتح زهرة الطفل ليصبح رجلاً إما ناجحًا يفيد المجتمع ككل ويفيد نفسه وإما فاسدا ضائعًا يدمر نفسه ومن حوله.

إن العلاقات بين أفراد الأسرة هى مصدر السعادة أو التعاسة، وتتكون هذه العلاقة داخليا من ثلاثة أطراف الأب والأم والأولاد وخارجيا على الصورة التى يرى فيها المجتمع الأسرة، ما إذا كانت مترابطة أو مفككة مقبولة اجتماعيا أو شاذة عن التقاليد.

تمر المرأة بفترات حرجة من العصبية والضيق قبل حدوث الدورة الشهرية، والأيام التى تتغير فيها الدورة المزاجية من السالب إلى الموجب أو من الموجب إلى السالب بالإضافة إلى سن اليأس الذى قد يمتد لشهور طويلة. كذلك الرجل يمر أيضا بفترات حرجة أما خلال الدورة المزاجية أو من ضغوط الحياة لتوفير الاحتياجات الأساسية لأسرته. عندما تتطابق زمنيا فترات الأيام الحرجة لكل من الزوج والزوجة فمن المؤكد سيحدث شد وجذب بين الزوجين وقد يؤدى الأمر إلى مشاجرات وقد يتطور هذا الصراع إلى اعتداءات أو إلى طلاق. من الأوفق أن نتجاوز هذه الفترات الحرجة بأن يكظم كل من الزوجين غيظه ويبتعد مؤقتا عن شريكه حتى تمر هذه الفترات بسلام ويعود الوئام والحب من جديد، بالمرونة والهدوء وحساب تكاليف الخسارة الناتجة من هذه المشاجرات والمنازعات مثل هدم الأسرة وتشريد الأبناء بالإضافة إلى المعاناة النفسية والمادية التى ستصيب بالطبع كل من الطرفين، بحساب كل هذه الخسائر نستطيع أن نتحمل عصبية الطرف الآخر حتى تمر الأزمة خصوصا إذا علمنا أن هذه الدورات هى جزء من طبيعة الإنسان يمر بها من الميلاد حتى الممات.

كانت الأسرة قديما تتمثل فى شركة رئيس مجلس إدارتها الأب الذى يديرها بمفرده بدون مشورة من باقى أفراد الشركة. ثم تطور النظام الاجتماعى الذى فرض على الأسرة أن تشارك الزوجة فى إدارة الشركة ثم تطلعها إلى أن تدير الشركة، قد تكون صورة الأب ولقبه كرئيس للشركة مثبتة فقط على الجدار

ولكن هذه الصورة قد كساها التراب وأصبحت مشوشة. إن بعض الزوجات في المجتمع الشرقي تتطلع إلى مزايا المجتمعين الغربي والشرقي فتطالب بالحرية الغربية مثل الرجل كما تطالب الرجل بأن يتكفل بالأسرة ماديًا. تصف نفسها بالضعف وتحكم بدهاء، والرجل في هذا الصراع إما مستسلم أو يهيمن على إدارة الشركة بمفرده دون مشورة الطرف الآخر، وفي كل الأحوال من هذا الصراع ينهار البيت وتضيع الأسرة. فلنعود إلى تقاليدنا النابعة من القيم الحميدة، فالأسرة هي التي ترعى جيل المستقبل الذي قد يثمر ما فيه فائدة للمجتمع أو قد يفسد فيؤدي ذلك إلى انحلال وانهيار المجتمع كله، يجب أن يعرف كل فرد في الأسرة مسئولياته وحقوقه، بدون تجني أي شريك على باقي الشركاء تسير الشركة في اتجاهها الصحيح وليكن ديننا وقيمنا المتوارثة النابعة من الدين والأخلاق دستورنا في إدارة وتسيير هذه الشركة.

* * *

العمل

يقضى الإنسان العادى حوالى ثلث وقته فى العمل أى أكثر من الوقت الـذى يقضيه مع أسرته وأصدقائه مجتمعين. إن كان الهدف الرئيسى للعمل هـو الحصـول على المال لمواجهة احتياجاتنا الرئيسية فالفوائد الأخرى لها نفـس الأهميـة، فمـن خلال العمل يمكن أن ننتمى إلى جماعات اجتماعية أو ثقافية لها أغـراض مشـتركة كما يمكننا أيضا توسيع دائرة اتصالاتنا.

إن الحضارة الحديثة جعلت من وقت الفراغ عبئًا مكلفًا ومملاً، فـإذا كـانت رحلة الانتقال من بلد إلى أخرى تستغرق شهور طويلة عنـد أجدادنـا فإننـا اليـوم نستطيع أن نطوف الكرة الأرضية فى أيام معدودة، ماذا نفعـل إن كنـا لا نعمـل، إن الكسل وعدم الحركة يضر بالصحة وممارسة الرياضـة تتطلـب المـال والشـباب وقضاء الليالى فى التسكع فى الملاهى له أضراره.

إن العمل نعمة لا يعرفها إلا المرفهين، ولكن فى الحقيقة ليس كل العمل نعمة فـالضغوط النفسـية التـى يمارسـها الرؤسـاء علـى مرؤسـيهم قـد تصيـب الإنسـان بأمراض كثيرة ولكن إذا نظرنا إلى نظام الحياة المبنى علـى أن كـل شـئ تقريبًـا لـه منافع وأضرار فى نفس الوقت فإن العمل فى الحدود المقبولة والذى نسـتخدم فيـه قوانا الذهنية والبدنية له فوائد عديـدة، فعـدم الحركـة للعـاملين وراء المكـاتب لـه مضاره الصحية والعمل البدنى الشاق له مسـاوئه أيضـا. إن خـير الأمـور الوسـط ولكن هل تمكننا الظروف فعلا فى اللعب فقط فـى منتصـف الملعـب وتـرك بـاقى الملعب خالى، إن الظروف تحرمنا فعلا من أشياء كثيرة نبتغيها، هذا هو نظام الحياة وهذه هى اللعبة يجب أن نلعبها كما هى شئنا أو لم نشأ.

نحن البشر نمر بمشاكل عديدة خلال رحلة العمر والتركيز فى كل مشكلة تواجهنا تصيبنا بالجنون فإذا خرجنا من لب المشكلة بالعمل فى مواضيع لا تتصل بالمشكلة الرئيسية وخلق مشاكل أخرى صغيرة يمكن حلها فعن طريق ذلك يمكن أن نتناسى إلى حد ما مشكلتنا الرئيسية، على الأقل حتى يمكننا شحن بطارية الطاقة النفسية التى بداخلنا والتى استنفذت فى التفكير فى حل المشكلة الرئيسية، فإذا كانت المشكلة فى العمل يمكننا الخروج من حالة التركيز فى المشكلة بالعمل فى مجال آخر كالمنزل وإذا كانت المشكلة فى المنزل فالتركيز فى العمل خارج المنزل يعتبر علاج ناجح للتغلب على الاكتئاب الذى قد يصيبنا فى التفكير المتواصل فى المشكلة التى قد يمكن حلها مع مرور الوقت وبدون أى مجهود منا، فقد يتدخل القدر بدون تخطيط منا لحل المشكلة.

لماذا نعمل؟ هذا السؤال لا يدور فى أذهان معظم الناس ولكن نسرد هنا فوائد العمل حتى نشجع كثير من الناس على العمل والعمل الشاق خصوصًا فى بعض البلاد التى شجعت أبناءها عن طريق قوانين ولوائح معوقة وعقيمة وسلبية إلى الكسل وإلى انتظار الفرج من السلطة العليا، وتتلخص فوائد العمل فى النقاط التالية:

- الحصول على المال اللازم للطعام والمأوى والملبس.
- لإثبات ذاتنا بتحقيق هدف نسعى لتحقيقه.
- مجال للعلاقات الاجتماعية والإنسانية.
- كسر ملل ورتابة الحياة من ممارسة الأنشطة الأخرى المتاحة مثل الأعمال المنزلية أو الرياضية أو خلافه.
- أسباب عقائدية ودينية فالعمل واجب والعمل عبادة.

يجب علينا أن نحب عملنا فعندما نحب ما نعمله ونتفاعل معه نستطيع بأقل مجهود أن نحسنه ونطوره فإن لم يصادفنا النجاح فى أولى خطواتنا فلننتظر

الخطوات التالية بدون يأس، حتما سنحصل على المكافأة ولكن عن طريق الاستمرار الجاد فى العمل وبالصبر والمثابرة. من السهل أن يصيبك الحظ ويعطيك بغير حساب ومن السهل أيضا أن يأخذ منك القدر ما أعطاه لك بدون مجهود منك، ولكن عن طريق تجربة العمل نتعلم الكثير مما لا يستطيع الحظ أن يأخذ ما تعلمناه لأن ما اكتسبناه من خبرة أصبح جزءًا منا.

وأخيرًا وخير ما نختتم به فوائد العمل هو ما كتبه الكاتب الأيرلندى برناردشو عن التعاسة الناتجة من الفراغ والتفكير (يكمن سر التعاسة فى أن يتاح لك وقت الرفاهية للتفكير فيما إذا كنت سعيدا أم لا) - فالانهماك فى العمل يبعد عنا التفكير فى مشاكلنا اليومية ومن ثم يبعد عنا القلق من تطبيق نظرية الاحتمالات فى الفشل والنجاح.

* * *

ملعون أنت أيها القلق، انه مزيج من أحاسيس الضيق والألم الداخلى والترقب وتوقع الشر. إن هذا الشعور يصيبنا بالتوتر ويأخذنا بعيدا عن السعادة ومباهج الحياة ليدمر ما تبقى لنا من عمر ويحرمنا من التمتع بالحياة. مررنا جميعًا بتجارب القلق من خلال مرض قريب أو صديق وانتظار نتيجة امتحان أو انتظار خطاب عمل أو انتظار حبيب، فمصادر القلق كثيرة بدءًا من الحصول على احتياجاتنا الأساسية إلى الحصول على حاجاتنا الترفيهية وما أكثر احتياجينا وما أكثر قلقنا.

فى تعريف فرويد للقلق: (هو حالة من الخوف الشديد الذى يتملك الإنسان ويسبب له كثيرًا من الكدر والضيق والألم. والشخص القلق يتوقع الشر دائمًا، ويبدو دائمًا متشائمًا، وهو يتشكك فى كل أمر يحيط به ويخشى أن يصيبه منه ضرر). فالقلق عامل أساسى فى نشوء الأمراض النفسية والعصبية وفى تكدير مسيرة الإنسان الحياتية.

ليس المجال هنا تناول القلق العصبى أو القلق المرضى ولكن موضوعنا القلق العام أو القلق الموضوعى المفهوم أسبابه ودواعيه والذى يمكن اعتباره مسئول عن عدم الاستمتاع بمباهج الحياة ولكن لا يمنعنا من ممارسة نشاطنا اليومى.

توجد عوامل كثيرة تسبب القلق منها:

العوامل الوراثية: من وراثة ضعف الجهاز العصبى الذى يجعل الإنسان ضعيف المقاومة للمخاوف الموروثة أو المكتسبة.

التغيرات الكيمائية فى الجسم: عن طريق فقد الاتزان الهرمونى أو إدمان المواد الكيميائية المثيرة للأعصاب أو المنبهة أو المخدرة.

تغيرات مراحل العمر: لانتقال الإنسان من مرحلة إلى أخرى (مثل الانتقال من الطفولة إلى المراهقة أو الوصول إلى سن الشيخوخة) والتى تكون عادة مصاحبة لتوترات نفسية أو مخاوف وقلق.

الأحداث المفاجئة: مثل الوفاة أو المرض أو التعرض لفضيحة أو فقد شئ ثمين عزيز على النفس مادى أو معنوى.

الإحساس بالخطر: مثل التعرض لهجوم من إنسان أو حيوان أو التعرض لتقلبات الطبيعة من زلازل وعواصف.

يمثل التغير المفاجئ الغير متوقع هزة عنيفة للحالة النفسية للإنسان فجميع المفاجآت والتغيرات تصيبنا بالقلق حتى المفاجآت السارة، أو التغير للأحسن بالرغم من أن تأثيرها بالطبع أقل. كل من الفرح والحزن يغيرا من كيمياء أجسامنا ويظل عدم التغير أو استمرار الحياة برتابتها المعتادة هى النموذج الأفضل لعدم التعرض للقلق ولكن هيهات أن نعيش بدون قلق، هذا العنصر الكامن فى نظام الكائن الحى والذى يعتبر ظاهرة سلوكية طبيعية فى حياة البشر، كما يعتبر وسيلة دفاعية سلبية للتقدم إلى الأمام ولاستمرار المسيرة الحياتية.

ينتج القلق أيضا من الرغبة فى الحصول على شئ ما مع عدم التأكد من إمكانية الحصول عليه، فالمال والصحة والوظيفة والدرجة العلمية والعلاج والجنس والطعام والشراب كلها أشياء نريد الحصول عليها ولكن بعضها أو كثير منها ليس فى أيدينا التحكم فيها وكمثال على ذلك، فبالرغم من أن جمع المال يحتاج إلى مجهود عقلى وبدنى ولكن بذل المجهود ليس هو الشرط الوحيد للحصول على المال. حتى بذل المجهود يحتاج إلى الصحة التى تعتمد بدورها على عوامل كثيرة بعضها يمكن التعامل معها عن طريق الأدوية أو العمليات الجراحية أو أسلوب المعيشة مثل أنواع الطعام وكميته، ولكن مازال يوجد عوامل أخرى لا نستطيع التحكم فيها. إن النجاح فى الامتحان يعتمد على المذاكرة واستيعاب الدروس، ولكن قد نمرض وقت الامتحان، أو قد يحدث حادث عارض يمنعنا من حضوره أو على الأقل يشتت تفكيرنا فنرسب فى الامتحان.

من منا يستطيع التنبؤ بما سيحدث مستقبلاً - لا أحد بالطبع - قد تكون إجاباتنا فى الامتحان فى المستوى المتوسط وينجح بعضنا ويرسب الآخر نتيجة لاختلاف المصحح، نتقدم لشغل وظيفة مع آخرين قد يصلوا إلى مئات أو حتى آلاف وندخل فى نظرية الاحتمالات للقبول أو عدم القبول وتبدأ عملية القلق.

هل مررت بتجربة علاج أو إجراء عملية جراحية لك أو لقريب أو صديق وأخذت تدعو الله بالشفاء فنحن لسنا متأكدين من العلاج أو النتيجة فاحتمال النجاح قائم واحتمال الفشل أيضا قائم. وطالما وجد الاحتمال وجد القلق.

أن موت عزيز لدينا يصيبنا بالحزن لفقد شئ ما وزوال جزء عزيز بالنسبة لنا وللتغير فى حالة قائمة نسعد بوجودها، والقلق لنتائج بعد الموت بالنسبة للأسرة والأهل والأصدقاء خصوصا إذا ترك المتوفى أطفالاً قصر أو أهل تستفيد من حياته لا تعرف كيف ستعيش وماذا ستفعل بعد الوفاة، فبكاء الإنسان فى حالة الوفاة ما هى إلا عملية بكاء على النفس وعلى المستقبل المجهول، أما المتوفى فقد مات وانتهى وأصبح فى معية الله.

إننا نبكى على حالنا لقد فقدنا شئ قد يكون مادى أو معنوى المهم قد حدث تغير فى حياتنا لقد ضاع منا شئ ما، نحن الذين فقدنا وليس المتوفى فنحن نبكى ونحزن على ما سيحدث لنا من تغير من فقد أو تغير فى قصة أو مسلسل حياتنا فأى تغير فى حياتنا حتى لو كان للأحسن يصيب الإنسان بفقد طاقة نفسية قد تتراوح ما بين القلق و الحزن إلى الاكتئاب.

إن الخوف من الموت أو القلق الذى يعترينا لانتظار حدث مؤكد حدوثه ولكن غير مؤكد ميعاده يؤثر سلبيا على استمتاعنا بفترة محدودة نعيشها، طالت أو قصرت فهى فترة تعتبر محدودة بجميع المقاييس. هل نخاف من الموت خوفا من فقدان سعادة نعيش فيها أو خوفا من مسئوليات نحو آخرين مرتبطين بهم مثل الأسرة والأصدقاء. قد يتسبب هذا القلق فى عدم الاستمتاع بهذه الفترة المحدودة التى قدر علينا أن نعيشها ولن يسبب القلق إلا التعاسة وضياع العمر فى ترقب

شئ حادث لا محالة. فى البداية لم يصدق الإنسان البدائى أن الموت ظاهرة طبيعية إنما أرجع الموت إلى كائنات خارقة للطبيعة أو إلى المجهول ثم جاءت الأديان وتغير المفهوم عن الموت وما بعد الموت. وآمنت الأكثرية بالله وبقدرية الموت ولكن مازال الإنسان يخاف من حدث حتمى الحدوث، من قدر آت لا ريب فيه،فإذا كان الموت قدر فلماذا نخاف منه، نحن نخاف لأن الخوف داخلنا، غريزة توارثناها، جزء من ذاتنا ومن شخصيتنا، فالخوف قدرنا مثل الموت.

ما حياتنا اليومية إلا سلسلة متواصلة من القلق والمعاناة، فبالإضافة إلى القلق خوفا من قرار الآخرين فيوجد أيضاً قلق داخلى نابع من الاختيار واتخاذ قرار معين فى أمر ما. إذا ما طلبنا من طفل اختيار نوع واحد من أنواع مختلفة من الحلوى أو اللعب سيصاب بالحيرة والقلق، لقد بدأ صراع داخلى ليس للتفكير فى الاستمتاع فى النوع الذىاختاره ولكن لفقد النوع الذى لن يختاره وهذا المثل لا ينطبق على الأطفال فقط ولكن على جميع البشر صغيرًا أو كبيرًا، قد يظهر واضحا عند الطفل انفعال الحيرة والقلق ولكن الكبير قد يتحكم إلى حد ما فى انفعالاته بالرغم من أنه يعانى مثل الطفل من الاختيار واتخاذ القرار.

نحن نتوقع القلق فى الأوقات الحرجة أو تحت ضغوط معينة فتأخير الباص أو عطل السيارة قد يصيبنا بالقلق الشديد إذا كنا فى طريقنا إلى الامتحان خوفا من عدم الوصول الذى قد يؤدى إلى الرسوب، هذا الحدث قد لا يصيبنا بالقلق فى الظروف العادية التى لا يوجد فيها امتحان.

ارتبط الانتماء بالقلق، فالإنسان بطبعه يميل إلى هذا الدافع الاجتماعى الذى يجعلنا نعمل ونسير فى ركاب الزملاء والأصدقاء حتى وإن تأثرنا سلبيا من جراء هذا الانتماء من عدم إنجاز العمل أو من القلق خوفًا على الجماعة من أى ضرر يصيبها أو خوفا من فقد الجماعة.

لا تنتهى العلاقة بين الإنسان وأسلافه فنحن وارثيهم حتى فى الخوف والقلق، فإذا كان أجدادنا قد تأثروا خوفا من أصوات الرعد والبرق والعواصف

أو من مشاهدة الحيوانات الضارية تنهش فى الأجساد الآدمية، فبالرغم من حضارتنا الحالية والأمان النسبى الذى نعيشه مازالت أحلام ليالى العواصف الرعدية أو كوابيس ضوارى الوحوش وكوابيس الأشباح والعفاريت تراودنا وتصيبنا بحالة من الخوف والانقباض يستمر بعد الاستيقاظ. حتى حكايات الطفولة المخيفة مازالت تأثر فينا بطريقة شعورية أو لاشعورية.

يولد الإنسان خائفًا ويظل خائفًا طوال رحلته الحياتية، يبدأ الإنسان خوفه من المجهول وكل ما هو آتى مجهول، نحن نخاف من الطبيعة ومن الناس الآخرين، نخاف من المرض ومن الموت، نخاف من الضعف والشيخوخة، كما يخاف بعضنا مرضيًا من أشياء لاتستدعى الخوف، مثل الخوف من الأماكن الضيقة أو الخوف من الماء أو الدم.

خلق الخيال داخل الإنسان فرسم خيالنا قصصا وأساطير تناقلت عبر العصور حتى صدقناها وأصبحت جزءًا منا وأصبحنا عبيدًا لها. مازالت أفلام الأشباح تنتج ومازالت الأحاديث الصحفية عن الأرواح والجان مستمرة ومازال الكلام متداول؛ فمنا من تزوج أو خاوى جنية ومنا من رأى عفريتًا فى المقابر أو فى غرفة نومه مستلقٍ بجواره على سريره، قصص شيقة تابعناها بشغف وحواديت أناس بسطاء مطلوبة لكسر رتم الحياة المملة ولتغير رتابة الزمان.

خاف الإنسان البدائى من الآلهة فعبدها ومازال الإنسان المتخلف فى البلاد المتخلفة يعبد الآلهة البشرية، لقد قدم الإنسان البدائى للآلهة القرابين وقدم بعض من الإنسان الحديث للآلهة البشرية شخصيتهم وحريتهم فأصبح هذا البعض يعيش فى خوف دائم من فقد لقمة العيش أو السجن أو القتل، وإذا كان كهنة العهد القديم قد زينوا للإنسان البدائى أهمية تقديم القرابين للآلهة القديمة فإن كهنة العهد الحديث قد استخدموا التكنولوجيا المتقدمة فى مجالات الاتصالات والإعلام فى تزيين وجوب الطاعة والولاء للآلهة الحديثة حتى يستمتعوا بالوجود على متن كوكبنا الحضارى على حساب ضعاف البشر.

استغل بعض رجال الأعمال خوف الإنسان فى ازدهار بضاعته، فالخوف من الشيخوخة والمرض له علاج كيميائى ومستحضرات تجميل، والخوف من التعرض لهجوم أو تحرش يمكن القضاء عليه عن طريق السلام أو الطرق الأخرى مثل الأسلحة الهجومية أوالدفاعية، واستغل أيضا رجال الأعلام الخوف من السحر والجان فى استحداث مواضيع إعلامية وأفلام شيقة وكتب تجذب الإنسان العادى لقراءتها وأصبح الخوف والقلق مثل الظواهر الطبيعية الأخرى مصدر هام للابتزاز المادى والحصول على المال والسلطة والسيطرة على الآخرين.

إن مظاهر الحياة العصرية الحديثة تميل إلى خلق مزيد من القلق فكثرت احتياجاتنا وكثرت اختياراتنا فقد أصبح العالم صغيرًا نراه فى المنزل عن طريق البرامج التليفزيونية ونريد أن نتلمس ما نراه، نحن نحلم بالسفر إلى أوروبا وأمريكا وإلى اليابان ونيوزلندا ونريد أن نحول الحلم إلى حقيقة، نريد أن نتذوق هذه الأطعمة التى نراها على الشاشة الصغيرة ونقارن حالنا بحال الآخرين المرفهين فليس الآخرين أحسن منا، إن لم نستطع شراء ذاك المنزل أو هذا الأثاث نقدًا فنستطيع تقسيطا وليذهب التخطيط إلى الجحيم لنعيش اليوم ونترك الغد للغد، لقد أصبح كثيرًا من الناس عبيدًا للإعلان وأصبح اقتصاديات كثير من البلاد تعتمد على الاستهلاك لايهم أن يكون استهلاك مخطط أو استهلاك عشوائى ولكن المهم أن يثرى القليل على حساب الكثير.

إن للقلق أعراض كثيرة مثل الأرق والخوف والاضطراب وخلافه من الأعراض المرضية الأخرى مثل الأمراض النفسية والبدنية، فقد اكتشف الأطباء وعلماء النفس فى السنوات الماضية أن كثيرًا من الأمراض البدنية مثل الصداع والاضطرابات الهضمية والربو وضغط الدم وقرحة المعدة، قد ترجع إلى التعرض الطويل للقلق.

إن القلق مثل النار والماء فالماء حيوى لأى كائن حى ولكن كثرته قد تميت وكذلك النار تكون نافعة فى كثير من الأحيان ولكنها قد تدمر أيضا، والقلق

أيضاً قد يكون مفيدًا فى بعض الأحيان فهو الحافز للعمل ولبـذل الجهـد والتفكـير فلـولا الامتحـان فـى نهايـة الفـترة الدراسـية والقلـق والخـوف مـن الرسـوب مـا استذكرنا دروسنا، إن أعظم الاختراعـات ظهـرت وقـت الحـروب فالحاجـة هـى الحافز إلى التطور، فلنعيش مع قليل من القلق مثل ملح الطعام قليلة مطلوب ولكـن الكثرة منه قد تؤدى إلى أمراض كثيرة.

إن من ميزات المعدل الطبيعى للقلق هو الإحساس بـالآخرين حيـث لا نجـرح شعورهم وإحساساتهم فالقلق فى المستوى الطبيعى يحفزنا على مراعاة احتياجـات أحبائنا وأصدقائنا، وأن نساعد المحتاج فهو مدخل لباب الحياة الاجتماعية السليمة وإشباع لغريزة هامة وهى الحياة فى مجتمع. إن الإنسان المتبلد حسـيًا لـن يتكـون عنده أى قلق اتجاه احتياجات الآخرين، قد يكون سعيدا لبعض الوقت ولكن على المدى الطويل سيعيش وحيدًا منبوذًا.

بدلا من العيش فى توتر وخوف وقلق لماذا لا نعيـش فـى نشـوة الاسـتمتاع، لماذا لا نعيش فى قصة حب مع البشر ومع الحيوانات والطيور ومع الطبيعة، حـب قائم على المودة والرحمـة والإحسـاس بمشـاعر الآخريـن، حـب قـائم علـى رعايـة حيوان أو طائر أليف وحب قائم على الاهتمام بالأشجار والزهور.

فلنتعلم أن نتحرر من أغلال الخوف والقلـق بـدون مـبرر، ونستشـف الهـدوء والصفاء النفسى للوصول إلى الحالة السامية من التحرر عن طريـق إخمـاد رغبـات الفرد وانعدام كل شـئ مـادى فـى أعمـاق الإنسـان والتـى قـد تدمرنـا، ونسـعى للوصول إلى الاتصال الروحى الكامل بالكون وبالنفس (Nirvana State).

* * *

الفصل الثالث

الزمان والمكان

فلسفة الزمان:

إذا كان قدر الإنسان أن يتأرجح بين الصراع والسعادة، فإن كلاهما يحتاج إلى زمن لكى يتحققا فيه، فلا يوجد صراع أو سعادة فى اللازمن. الزمن هو الحركة وهو التغير واللازمن هو الجمود ولا نستطيع أن نقول عليه الموت فالموت نهاية مرحلة من الزمن لتبدأ مرحلة أخرى.

إن الإنسان يعيش فى مجال الزمن الذى يتكون من الماضى والحاضر والمستقبل وهو مجال متغير ومتصل، نأخذ من ماضيه الذكرى والتاريخ ونـأخذ من حاضره ثلاث: الفعل ورد الفعل - الذكريات أو اجترار الماضى - التخطيط للمستقبل، لقد سبق وأن تكلمنا عن انفعالات الفعل ورد الفعل وسوف نتكلم عن الماضى أما المستقبل فهو فى علم الله نخطط له قدر علمنا وإمكانياتنا ولكن مازال المستقبل هو الزمن المجهول. يظن الإنسان أنه يحيا فى مجالين مختلفين وهما الزمان والمكان... ولكن يمكن اعتبارهما فلسفيًا مجال واحد؛ فإن لم يوجد الزمان فلن يوجد المكان بأبعاده الحركية وإذا انعدم المكان فالزمان غير موجود، حتى اللقطة أو الصورة التى نراها جامدة لا حركة فيها فأنها أخذت جزء صغير من الزمن للحصول عليها ونأخذ جزء من الزمن لرؤيتها بعد طبعها.

جمع العالم أينشتين الزمان والمكان معًا فى نظريته عن النسبية، وعامل الزمان كبعد رابع مع الإحداثيات الثلاث المتعارف عليها. دعنا نتناول مثال خيالى، فعندما ينظر شخص ما على كوكب الأرض ذو بصر حاد إلى حدث ما على كوكب آخر (س) يبعد عن الأرض بمسافة تقدر بسنة ضوئية، أن الحدث الذى يراه هذا الشخص يكون قد انقضى عليه فترة زمنية هى سنة ضوئية، بالطبع

لايستطيع ساكن كوكب الأرض تحديد اتجاهات الكوكب الذى وقع فيه الحدث لأنه فى الوقت الذى يرى فيه الشخص الحدث من على كوكب الأرض يكون الكوكب (س) قد تحرك لمسافة سنة ضوئية أى تغير مكانه وقت الرؤية من على كوكب الأرض، إذ لابد من إدخال الزمان مع المكان لتحديد مكان الكوكب (س) وقت رؤية الحدث من سطح كوكب الأرض.

إن التغير فى المكان لا يتكون إلا بعد مرور زمن، فالتغير يحتاج إلى حركة والحركة تحتاج إلى زمن، فبالرغم من أن البعض يتعامل تحليليًا مع كل من الزمان والمكان بطريقة مختلفة فإنهما فى الحقيقة شئ واحد وإن اختلفا فى وحدات القياس فيقاس الزمن بالثانية أو أقل أو أكثر ويقاس الفرق أو البعد فى المكان بوحدات الطول والمساحة والحجم.

يدخل الزمن كعامل أساسى فى جميع مجالات حياتنا، نتناول جرعة الدواء وننتظر حتى يمر بعض الوقت لنأخذ الجرعة الثانية، نقوم بتجربة عملية أو اجتماعية أو نفسية وننتظر قليلا من الوقت أو كثيراً للحصول على النتائج، نمرض وندعو إلى الله لكى يمن علينا بالشفاء وان يمر الوقت سريعا، أو قد يتعجل البعض بالموت، كلا لما فيه مصلحته ولكن فى كل الأحوال نتمنى من الزمن أن يسرع أويبطئ، إذا فكرت قليلا فى معنى كلمة الصبر ستجد ان الصبر هو القدرة على تحمل مرور الوقت الذى يمر بنا فى حالة الشقاء والتعاسة أو حالة عدم الرضا عن الوضع الذى نحن فيه وقد نتمنى أن يمر الوقت سريعًا لحدوث تغير للأحسن أو حتى لكسر ملل الجمود.

لقد أصبح الزمن عاملاً هامًا حتى فى الاقتصاد، فإن الفائدة التى يحصل عليها مودع مبلغ من المال فى البنك ماهى إلا الجائزة التى يحصل عليها المودع للصبر على عدم استخدام المال فترة من الزمن، ولعدم الاستمتاع بإنفاق ماله على مشترياته أو على لذاته أثناء فترة الصبر. كما أصبح صافى معدل الفائدة والزمن عاملان هامان فى عمليات تمويل المشروعات وفى حساب التدفقات النقدية

وحساب القيمة الحالية لأى مشروع. لقد تغير مفهوم مجموع الأرباح فقط على مدى عمر المشروع فأصبح الربح مرتبطاً بالزمن الذى حدث فيه للحكم على الجدوى الإقتصادية للمشروع من عدمه. ولقد ارتبط الزمن بالصبر والعائد ولكن ليس دائما ينال الصبور عائدًا على صبره فقد يفشل المشروع ولاينال إلا الخسارة ويبدأ الندم والإحباط، فكما يجئ الزمن بالعائد المادى والمعنوى يجئ الزمن أيضا بالندم والفشل.

لو تعود يازمن مرة ثانية... من منا لم يقل هذه العبارة متمنيًا أن يعود الزمن ليغير من قراراته واختياراته بعد اكتساب خبرات وتجارب كثيرة ومفيدة على مدى الزمن الذى عاشه ولكن الإنسان ينسى أو يتناسى دائما القدر، يريد الإنسان أن يلعب فى ملعب الحياة وحده، فالإنسان قد يعلم وقد يجهل وقد ينسى أو يتناسى قدره القادر ولكن يتمنى دائمًا أن يكون له وحده القوة والمعرفة دون الآخرين.

نحن البشر نأخذ جزءاً صغيراً متناهى فى الصغر من مسلسل الزمن، تبدأ بقصة من ملايين القصص وتنتهى مع ملايين من النهايات لتبدأ قصص جديدة فى أزمنة مختلفة وفى أماكن مختلفة وبغباء بعضنا من البشر نعتقد أن الكون مسخر لنا فقط، إلا تعلم أيها الإنسان أن الكون مسخر لجميع الكائنات من البشر وخلافه فى هذا الكوكب أو فى كواكب أخرى، مسخر للجميع باختلاف اللون أو اللغة أو العقيدة أو أى نوع آخر من الاختلافات.ولكن هل فعلا الكون المسخر لنا أو نحن مسخرين له، لو فكرت قليلاً ستجد أن النظام مبنى على أن الكل مسخر للكل فنحن نزرع النبات لاستخدامه ولكن نحن البشر نعتبر أيضا سماد للنبات، نحن نرعى الحيوانات ولكن هى أيضا ترعانا، نفترسها وتفترسنا، فى هذا النظام الكونى المنفعة للجميع والضرر أيضا للجميع، فهذا هو النظام شئنا أو لم نشأ وسيظل النظام كما هو حتى يشاء الله وينتهى الزمان... إذا انتهى. عيبك يازمان إنك تجلب ألينا الملل والسأم والرتابة، نعم نستطيع التغلب على الملل بالعمل والقراءة

وممارسة الرياضة ومشاهدة التليفزيون أو خلافه من وسائل التسلية ولكن سنمل أيضا من تكرار نفس الفعل، حتى لو اخترعنا ألعابًا جديدة ووسائل حديثة للترفيه، فالوسيلة الوحيدة لكسر الملل هو تغير الفعل بعد فترة من زمن بفعل جديد مختلف، ولكن ليس جميعنا عنده القدرة والإمكانيات المتاحة للتغير، فالأمر لا يتطلب فقط الإمكانيات المادية ولكن يتطلب أيضا إمكانيات نفسية وبدنية لمواكبة التغير والصبر لفترات أطول إن لم يوجد إمكانية التغير. ويل للإنسان من وحش الملل إذا تمكن منه فآثاره مدمرة تؤدى إلى الإدمان والاكتئاب وتنتهى بالانتحار.

إن الصراع ضد الملل هو فى الواقع صراع ضد الزمن الذى لا يريد أن يمر سريعا لنبدأ فى فعل جديد، أو لكى تمر سريعا حالة الكآبة التى نعيش فيها الآن. لقد جلبت لنا أيها الزمن السعادة ولكن جلبت لنا أيضا التعاسة.

هل نستطيع التحكم فى الزمن ؟

قد نستطيع فعلا عن طريق النوم فالأدوية المهدأة والمنومة كثيرة، بتناول هذه الأدوية نستطيع أن نتحمل مرور بعض الوقت ولكن لا نستطيع أن نظل زمنًا طويلاً فى حالة سبات، كما أن الآثار الجانبية لهذه الأدوية مدمرة وقد تؤدى إلى الإدمان.

إن التأمل أو (نظرة الطير) التى تمسح ما تنظر إليه بعينها من أعلى إلى أسفل فى سكون وتأمل لفلسفة ما نحن فيه وسيلة أخرى للتغلب على قسوة الزمن ورتابته إذا أصابنا مرض الملل. قد يتعدد الدواء ولكن المرض سيظل موجود مادام يوجد الزمن.

يمنح الزمان نفس الوقت لجميع الناس، فاليوم يحتوى على أربعة وعشرين ساعة يمنحها الزمان للكسول أو الدؤوب، ومن خلال ساعات اليوم أو أيام السنة يستطيع البعض أن يعمل الكثير أو يعمل القليل، فالزمن واحد ولكن يختلف الإحساس بالزمن واستثمار الوقت من إنسان لآخر.

يتغير عمر الإنسان، فمنا من يعيش سنوات قليلة ومنا من يطيل الله فى عمره ليمر بمزيد من تجارب الصراع والسعادة، ولكن قياسًا لعمر الكون يصبح عمر الفرد غير ذى معنى إلا إذا نظرنا إلى عمر البشر جميعا كنظام واحد متشابك متصل ينبع منه تاريخ السنين، المكتوب منه أو المجهول، ففى هذه الحالة يصبح عمر الإنسان الفرد ذى معنى كجزء من هذا النظام.

عاشت فكرة تجميد البشر واسترجاعه فى المخيلة منذ فترة طويلة، قد تكون أحلام الآن، ولكن من يدرى ما سيجلبه لنا الزمان فى المستقبل فقد يستطيع العلم اختراع آلة الزمان، فإذا لم يعجبنا هذا الزمان نمنا عدة سنوات أو عدة قرون لنحيا من جديد ونعيش فى عهد آخر، لقد عاش قدماء المصريين بفكرة البعث للروح والجسد على الصورة التى كان عليها قبل الموت واحتفظ بطعامه وشرابه ومجوهراته لاستخدامها بعد البعث الذى ظن أنه آتى فى القريب، لقد حلم أجدادنا من قبل ومازلنا نحلم حتى الآن ومن يدرى ماذا سيحدث فى المستقبل.

لك الحق أيها الإنسان أن تقول: عشت فيك يازمن على أمل تحقيق أهدافى وبمرور الوقت لم يتحقق بعضها، وعشت مصدوماً مقهوراً أحيا بالإحباط واليأس، وبمرور الوقت أيضا تحققت بعض أهدافى ولكن شعرت بعد تحقيق هذه الأهداف انها كانت لا تستحق منى هذا الكد والتعب، هذا الكم من الصراع والكفاح الذى ليس له طائل (باطل الأباطيل كله باطل - قبض الريح)... لقد شقيت من أهدافى التى لم تتحقق، كما أحسست بتفاهة أهدافى التى تحققت وتمنيت يازمن أن تعود مرة ثانية لأبدأ من جديد، لأبدأ ماذا، لست أدرى !!.

القليل منا من رضى عما فعله وقليل القليل من رضى عن قدرة واقتناع، وتظل القناعة والرضا هما قمة الإيمان والمدخل الحقيقى للسعادة.

* * *

فى المكان عاش الإنسان، وضع أساس بيته وبناه ليشعر بخصوصيته ويحمى نفسه من غدر الطبيعة ومن تطفل الآخرين، فالفيضانات والعواصف وخلافه من كوارث الطبيعة قد تدمرنا والإنسان الشرير يتربص بنا والحيوان الكاسر ينتظر إغفاءه منا. فى المكان حصل الإنسان على طعامه وشرابه بالزرع والصيد وتخزين المياه، وفي المكان أنشأ الإنسان مذبحه وأصنامه وطقوسه التعبدية. فى المكان عاش الإنسان ومات وأصبح ذكرى لإنسان آخر فى مكان آخر وزمان آخر.

تلائم الإنسان مع المكان وطبيعته، فالحبيبات الملونة الكثيفة التى تكونت لدى الزنوج تساعد على مقاومة أشعة الشمس المحرقة فى أماكن استيطانهم، وطبقًا لنظرية دى كاسترو عن جغرافيا الجوع نجد أن نسب الخصوبة المرتفعة تصاحب الطبقات الفقيرة التى تعيش فى أماكن بها فقر فى الموارد الغذائية، مع الأخذ فى الاعتبار أن نقص المواد الغذائية له تأثير آخر عكسى من ضعف شديد للإناث الذى يترتب عليه الإجهاض. لقد أثبتت التجارب الحديثة التى أجريت على الحيوانات أن ارتفاع نسبة البروتينات فى الطعام قد يؤدى إلى بعض حالات العقم وانخفاض فى نسبة المواليد.

أثرت عوامل الطبيعة من تضاريس وظروف مناخية وخصوبة تربة وموارد مياه وثروة معدنية على توزيع السكان فوق كوكب الأرض، كثير من مناطق كوكب الأرض لاتسمح الطبيعة للإنسان أن يعيش فيها، ونتيجة لتأثير هذه العوامل على المناطق المختلفة من كوكب الأرض حدثت هجرات السكان وبدأ الصراع بين الوافد الجديد والساكن القديم. لقد هاجر سيدنا إبراهيم من شمال العراق إلى شمال صحراء النقب ثم إلى مصر، ثم هاجر سيدنا يعقوب وأبنائه إلى مصر عندما سادت الحرب أرض كنعان، وفى العصر الحديث هاجر إلى أمريكا

الكثير من الشعوب الأوربية وخاصة الشعب الأيرلندى عندما تلف محصول البطاطس وحدثت مجاعة فى أيرلندا. وتلعب الهجرة دورًا هامًا فى الصراع وفى التغيرات الديموجغرافية فى بعض البلاد، كما حدث فى دول الخليج العربى من تغير فى التركيبة السكانية بزيادة نسبة العاملين الأجانب الوافدين من أسيا ومن شمال أفريقيا.

تتأثر شخصية الإنسان بالمكان عن طريق البيئة التى تحيط بالفرد من باقى الأفراد الذين يتعامل معهم وكذلك طبيعة المكان من جبال وسهول وبحار وصحراء وغابات والتى ترتبط بالتبعية بأنواع النباتات والحيوانات التى يألفها الفرد. والبيئة أيضا تعنى المناخ من حرارة أو برودة، من جفاف أو رطوبة، من أعاصير أو رياح معتدلة، من شمس مشرقة أو غيام وجفاف، فإذا كانت طبيعة الأرض تحدد للإنسان إلى حد ما نوع الطعام الذى يتناوله فالمناخ يحدد للإنسان نوع الملابس التى يرتديها وتصميم المسكن الذى يعيش فيه، كما يؤثر المناخ الحار والرطوبة العالية فى حيوية الإنسان وميوله إلى الكسل والاسترخاء. تدخل جميع هذه العوامل فى تكوين ثقافة الإنسان (Human Culture) .

مع التقدم الحديث والسريع فى تكنولوجيا نظم المواصلات والاتصالات تضاءلت قوة تأثير عامل المكان، لقد أتيح للإنسان سهولة وسرعة الانتقال من مكان إلى آخر. إذا كان الزمان فى الماضى عائقًا للانتقال فإن بمقدور إنسان هذا الزمان الانتقال من طبيعة مكان إلى طبيعة أخرى أو من مناخ إلى مناخ آخر فى عدة ساعات يقضيها فى الاستمتاع بمشاهدة فيلم فى طائرة قد تكون أسرع من الصوت. استطاع الإنسان الحديث أن يتحكم عن طريق الهندسة الوراثية فى زراعة بعض النباتات فى غير بيئتها الطبيعية، كما استطاع الإنسان أن يستمتع بمعيشته فى أى مناخ عن طريق نظم التدفئة والتبريد.

فى النظام الكونى الذى نعيش فيه ارتبط المكان بالزمان بالرغم من اعتبارهما ظاهريًا مجالان مختلفان لهما وحدات قياس مختلفة، فلكى يتغير المكان لابد لهذا

التغير من زمان يحدث فيه هذا التغير، والمكان فى النظرة الشاملة هو الكون ككل من مجرات ونجوم وكواكب وفضاء لا نعرف له نهايات أو أطراف.

للمكان طبعه (Print) أو شخصية خاصة به بما يحتويه من جماد أو كائنات حية وبما يحتويه من طبيعة ومناخ - تتغير الشخصية بتغير الزمان والمكان، و الجغرافيا كما قال د. جمال حمدان «ظل الأرض على الزمان»، وبنظرة شاملة يمكن اعتبار الحيز هو المكان ما إذا كان هذا الحيز فى كوكبنا أو فى أى موضع آخر فى هذا الكون.

فى منطقتنا الشرق أوسطية مهدت جغرافيا المكان لنشوء الحضارة والطغيان، فإذا كانت مصر هى هبة النيل الذى مهد للحضارة الفرعونية فإن نهرى دجلة والفرات هما مهد الحضارة البابلية. ومن جهة أخرى فإن كل من يتحكم فى النهر يستطيع بسهولة أن يتحكم فى أرزاق سكان ما حول النهر من مياه لازمة للشرب ورى الزرع. لقد احتاجت الأنهار إلى سدود أقيمت بنظام السخرة والاستعباد، وتحكم أمير البلاد فى رزق العباد.

بنى الكون على الاختلاف وفى المكان المثال الجيد لهذا الاختلاف، من اختلاف فى التضاريس وفى المناخ وفى نوع التربة وفى الكائنات الحية التى تعيش فى المكان، ومن خلال شخصية المكان المميزة عن الأماكن الأخرى تختلف شخصية الإنسان فكما أن الزمان عامل مهم لتغير شخصية الإنسان فالمكان هو عامل آخر فى هذا التغير، فمن يعيش فى الغابات الاستوائية بمناخها الحار الرطب سيكون مختلف عمن يعيش فى الصحراء بجوها الحار الجاف وندرة مياهها وعمن يعيش فى وادى به ماء وزرع، ومن يعيش فى كوكبنا الأرضى، اعتقد أنه سيختلف عن الكائنات الأخرى - إذا وجدت - التى تعيش فى كواكب أخرى، نحن نعيش بالماء والأكسجين، ولكن من يدرى ما فى الكون من كائنات قد تعيش على سوائل أخرى وغازات مختلفة أو قد لاتحتاج إلى سائل أوغاز لتحيا وتتحرك، فالقادر قادر أن يخلق كائنات تعيش بدون أن تتنفس أو تتناول الطعام

الذى يعتبر طاقة ضرورية للحياة ولازمة للحركة، يستطيع هذا الكائن المتحـرك أن يحصل على الطاقة فى صورة كهرباء أو موجات مغناطيسية... من يدرى، نحن لا نعلم إلا القليل.

لقد ولد الإنسان بطبعه ملـولاً، فخلـق الله الأرض التـى يعيـش فيهـا مختلفـة الطبيعة إذا سئمنا البرد والجليد فلنذهب إلى مكان بـه منـاخ استوائى وأحـراش أو لنذهـب إلى الصحـراء المفتوحـة الأفـق الشاسـعة الأبعـاد، وإذا سـئمنا مـن اللـون الأخضر الذى يكسو الأشجار فلدينا اللون الأصفر فى الصحراء، كما لدينا اللون الأزرق فى البحار والمحيطات أو اللون البنى فى الأنهار. إن مللنا من ثمار ونباتات وأزهار المناطق الباردة فلدينـا أنـواع أخـرى فـى المنـاطق الحـارة لهـا لـون مختلـف ورائحة مختلفة وطعم آخر، يوجد فى مكان ما البترول أو الفحم، كما يوجـد فـى مكان آخر معادن أو أحجار كريمة أو غير كريمـة (نحـن البشـر الـذى كرمناهـا). لامانع أن نتزحلق على الجليد فى بعض الأماكن فى شمال كوكبنـا أو علـى أعـالى الجبال، ولامانع أيضا أن نسبح فى المياه الدافئة فى أماكن أخرى، لامـانع مـن أن نستخدم البعد الثالث - الأفقى - ونطير أو نسبح فى الفضـاء كمـا أننـا نسـتطيع أيضا أن ننـزل فى باطن الأرض فالمكان متغير ونحـن نحـب التغـير، لقـد خلـق الله التغيير فى داخلنا وفيما حولنا.كما دخل المكان كعامل فى شخصية الإنسـان فقـد دخل كعامل أيضا فى مجالات وعلوم كثيرة مثل الاقتصاد والسياحة، لقـد اعتمـد اقتصاد بلاد كثيرة على المكان من جذب سياحى واستغلال اقتصادى، لقـد نـوع الله المكان لنتحرك فيـه ونعمـل ونلهـو، وفـى الحركـة بركـة واكتسـاب خـبرات جديدة وكسرًا للملل.

نعم يستطيع الإنسان أن يخطط لمستقبله وأن يتحكم إلى حد مـا فـى الزمـان، ولكن فى المكان الأمر يختلف فنحن نستطيع بالعلم الحديث أن نمهد الأرض ونغير معالمها بالبناء عليها أو بتجريفها، نستطيع أن نزيل جبال ونحفر أنفـاق، نسـتطيع أن ننشأ بحيرات صناعية وسط أراضى جـرداء ونـزرع غابـات فـى أرض صحراويـة

مقفرة أو نزيل غابات من أراضى استوائية، نحن نستطيع أيضا بالتكنولوجيا الحديثة أن نغير من مناخ المكان، فلا داعى للذهاب إلى البلاد الباردة للاستمتاع بالتزحلق على الجليد أو السفر إلى البلاد الحارة للاستمتاع بدفء الجو، لقد اخترع الإنسان أجهزة تكييف الهواء وعاش مرفهاً بالنسبة إلى أجداده الأولين، لقد استطاع الإنسان التخفيف من قسوة الطبيعة من برق ورعد وزلازل، ومازال الإنسان يكافح للسيطرة على المكان والاستفادة منه على قدر المستطاع، إنه نوع إيجابى من الصراع والكفاح للوصول إلى سعادة الإنسان ورفاهيته.

* * *

الدورات

تعرف الدورة (Cycle) بصفة عامة بأنها الحركة أو التغير - فى شىء ما أو حالة ما - بالزيادة أو النقصان على أن يبدأ هذا التغير من نقطة معينة أو مستوى معين لفترة زمنية معينة لتعود الحالة إلى النقطة التى بدأت منها أو المستوى الذى بدأ منه بالتقريب، أو يعود الشئ إلى طبيعته الأولى التى كان عليها فى أول الدورة وعلى أن تتكرر الدورة على مدى أزمنة متساوية تقريبًا. من الممكن أن تأخذ هذه الحركة أو هذا التغير الأشكال التالية:

حركة مادية دائرية أو شبه دائرية مثل حركة الاليكترون حول النواة فى الذرة، وحركة الكواكب حول النجوم و حركة الأقمار حول الكواكب وحركة الكواكب حول نفسها.

الموجات الكهرو مغناطيسية والتيار الكهربى المتردد.

التغيرات التى تحدث للبشر ومنها الدورة الذهنية (Intellectual Cycle) بطول ٣٣ يومًا، ودورة النشاط البدنى (Physical Cycle) بطول ٢٣ يوما، والدورة المزاجية أو العاطفية (Emotional Cycle) بطول ٢٨ يومًا، والدورة الشهرية للمرأة وكذلك الدورة الدموية / التنفسية وخلافه من الدورات الأخرى داخل جسم الإنسان.

الدورات الاقتصادية طويلة المدى، متوسطة المدى وقصيرة المدى والتى تتكون داخل السلسلة الزمنية (Time Series) والتى فيها تتغير الحالة الاقتصادية من كساد إلى رواج إلى كساد.... وكذلك الدورة الموسمية (SeasonalVariations) التى تتكون أيضا داخل السلسلة الزمنية مع الدورة الاقتصادية.

الدورات المناخية الموسمية مثل التغيرات فى فصول السنة (صيف / خريف / شتاء/ ربيع)، مواسم الأمطار، والجفاف، الرطوبة، الفيضانات، الأعاصير،... إلخ.

الدورة الحياتية بأن يتغذى الإنسان على الحيوان والنبات ثم يموت الإنسان ويدفن ليصبح سماد يتغذى عليه النبات.

دورة الأمطار التى تسقط على البحار والمحيطات والأنهار ثم يتبخر الماء ليتحول إلى سحاب الذى بدوره يتحول إلى أمطار.

يمتلئ نظامنا الكونى بكثير من هذه الظواهر والدورات فى مجالات كثيرة من حياتنا، نشعر الآن بالسعادة ثم بعد فترة نشعر بالتعاسة، نتصارع اليوم ثم نتعب من الصراع بعد فترة ونكمن إلى الهدوء والسكينة ثم نمل الهدوء لتبدأ الدورة من جديد .إذا كان هذا هو النظام فلماذا لايسير الزمن فى دورة، يبدأ النظام الكونى من نقطة ليعود إلى نفس النقطة بعد بلايين من السنين لتبدأ دورة أخرى وهكذا تسير الحياة، مجرد فكرة مبنية على تأمل، وتخمين مبنى على نظرية الاحتمالات فأى حالة أو حدث فى هذا الكون يعتبر جزءاً من الواحد الصحيح لمجموع الاحتمالات .حتى التاريخ لم يسلم من الدورات فقد مثل الفيلسوف الألمانى شبنجلر حركة التاريخ الإنسانى بالدورات المتعاقبة من نمو وانحلال فلم تكن حركة التاريخ أبداً خطاً مستقيماً إلى التقدم، كما مثل كاتب الحضارات والتاريخ الشهير توينبى حركة التاريخ بالدورات الحلزونية التى تولد وتنمو ثم تشيخ فتموت.

يقوم التنبؤ (Pred / Forecasting) بالدورات أو التنبؤ بصفة عامة على المعلومات والبيانات التاريخية (Historical Data) ، ومن يحلل ويدرس ماضى أى دورة يستطيع أن يتنبأ ما ستكون عليه الدورة فى المستقبل، حتى تاريخ الإنسانية أو تاريخ الحضارة يستطيع أن ينبئنا بدرجة من الدقة عما سيحدث مستقبلاً، مع الأخذ فى الإعتبار المكون العشوائى فى السلسلة الزمنية (Stochastic Component). ولكن حتى هذا المكون يمكن تحليله إحصائيا والحصول منه على بعض المؤشرات الإحصائية.

* * *

الماضى

لقد ذكرنا من قبل أن كون الإنسان نابع من الصفات والغرائز الموروثة والخبرات المكتسبة، وكل ماسبق ماضى. إن سلوكنا الحالى مبنى على الماضى وبنشر ماضينا أمام أعيننا وجذبه من بئر اللاشعور العميق ليستوى على ذاكرتنا الحاضرة نستطيع أن نحلل سلوكنا الحالى ونتفهم ردود أفعالنا ونتحكم فى انفعالاتنا ونخفف من خوفنا وقلقنا من أشياء معينة، ورد فعلنا العدوانى لفعل لايستحق منا أن نعانى من أجله، ولكن من منا يستطيع أن ينشر بدون ضغط نفسى مساوئ ماضيه ليس أمام الناس فقط بل أمام عينيه أيضا. بالطبع نحن لانريد أن نتذكر الأيام السيئة التى مرت بنا أو الذكريات الحزينة التى عانينا فيها، لقد مارسنا الخطيئة فى الماضى، كذبنا وسمينا كذبنا بكذب أبيض وسرقنا ونحن أطفال وسمينا ذلك شقاوة أطفال وسرقنا ونحن كبار وبررناها بحاجاتنا الحيوية أو أرجعناها إلى ظلم المجتمع لنا، لقد ظلمنا ورسمنا على وجوهنا مسحة الإيمان والتقوى، لقد أغضبنا الله وأرحنا أنفسنا بترديد أن الله غفور رحيم.

هل فكرت فى سبب فشل ابنك العاق، نعم قد تكون الصفات العدوانية وراثية، وأيضا قد يكون تألم كثيرا من معاملتك له فى الماضى وهو طفل صغير. هل مررت بتجربة أن تكون أنت ورئيسك فى العمل على وفاق ولكن فى ظروف معينة وبفعل معين منك قد تذكره بتجربة غير سعيدة مر بها وانطوت فى عقله الباطن فيذهب الانسجام ويحل شعور داخلى مختلف بحيث لايشعر نحوك بالاطمئنان، إن لم يشعر بالكراهية.

قد ينسى الرجل بعض ذكريات الماضى ولكن هل تنسى المرأة ليلة الزفاف ومن نسى أن يجاملها، وهل تنسى الزوجة أى إساءة من الزوج عن قصد أو غير قصد .قد ينسى الرجل المرأة التى تخلت عنه ولكن هل تنسى المرأة الرجل الذى

هجرها وتخلى عنها.. لاتنسى المرأة الماضى لأنها تعشق أن تعيش فيه حتى وإن كان كئيبًا.

لقد أرغمت أولادى على أكل أنواع معينة من الخضار الطازج والفاكهة، لقد كانت هذه الأنواع من الأطعمة من وجهة نظرى صحية وغنية بالفيتامينات والأملاح المعدنية التى يحتاجها الجسم خصوصا فى مراحله الأولى، وكان فعلى من منطلق مصلحتهم فهم أطفالى وأريدهم فى صحة جيدة، وقد كبر الأطفال ونسوا أو تناسوا الضغوط التى سببت لهم ألما كبيرا عندما أرغموا على أكل هذه الأنواع من الأطعمة فى الماضى وأصبح رد فعلهم الحاضر هو كراهية تناول هذه الأنواع من الأطعمة.

إن اجترار الماضى يتطلب طاقة نفسية هائلة للتغلب على ذكريات كثيرة حزينة قد نخجل من تذكر أكثرها، ومعظم الناس العاديين على الأقل لايملكوا هذه الطاقة ويجدوا أنه من الأسهل دفن الماضى وتناسيه ولكن هذا لايحدث فالماضى سيظل حتى الموت كامناً فى داخلنا يظهر برأسه شامرًا ساعديه إذا مر الإنسان بظروف معينة أو عند حدوث بعض الإثارة النفسية أو الذهنية.

العقل البشرى هذا الجهاز الذى يفوق بالطبع أى حاسب آلى يحتوى على معلومات وذكريات هائلة مرت بالإنسان وعند أى عملية لاتخاذ القرار أو الاختيار لابد أن تظهر، بصورة شعورية أو غير شعورية فى العمليات العقلية بعض هذه الذكريات أو التجارب السابقة إن لم يكن معظمها .قد يكون الظاهر لبعض الناس أن ذاكرتهم ضعيفة ولكن الحاسب العقلى الإنسانى المكون من طبقات من العقل الباطن والعقل الحاضر ذو سعة عالية يحتوى على كثير من المعلومات وكثير من التفاعلات والحسابات تفوق تصور الإنسان.

عندما نخالف ما أمرنا به الله أو نخالف المجتمع والقانون نشعر بتأنيب الضمير أو الشعور بالإثم والخطيئة، وهذا نوع من الصراع بين الإنسان ونفسه .لقد ولدنا على دين معين وعقيدة معينة ودرسنا فى المنزل وفى المدرسة أو حتى فى أماكن

أخرى تعاليم معينة يجب ألا نخالفها، وقوانين موضوعة يجب أن نحترمها، وأساطير تحكى لنا وترسب كل ذلك فى ذاكرتنا وأصبح ماضيًا، إننا لا ننكر أن التذكرة بالعقيدة أو بالقوانين مستديمة ولاتنقطع، ولكن كونها بدأت من الماضى العميق أصبحت جزءاً من الثقافة العامة للإنسان (Culture) وأصبحت جزءًا لصيقًا من كيانه لا ينفصل عنه.

إن النظام الروتينى الذى يسير عليه الفرد أو ما يسمى بالعادة يلعب دورًا هامًا لا شعورى فى توجيه سلوكنا، إنه من السهل علينا ان نقوم بعملنا الروتينى الذى مارسناه منذ مدة طويلة، لقد أصبح النظام جزء من ذاتنا ولكن أى تغير فى هذا النظام حتى لو كان للأحسن يصيبنا بالضيق والقلق. إن الانتقال من منزل إلى منزل آخر قد يكون أوسع وفى منطقة راقية يصيبنا بالشعور بالضيق قد يتفهمه البعض، وقد لا يستطيع بعضنا أن يجد تبرير له، إن التغير فى جميع الأحوال يصيبنا بالقلق حتى لو كان للأحسن فلقد أصبح جزءًا من داخلنا عبداً للماضى.

لقد أصبح المنزل القديم أو العمل السابق جزءًامن ذكرياتنا بحلوها ومرها والانفصال عن الماضى يصيبنا بالقلق لأن المستقبل مجهول والإنسان بطبعه وغرائزه يخاف من المجهول وأما الحاضر فهو الزمن الذى ينبغى فيه على الإنسان أن يأخذ قرار أو يمارس الألم الناتج من ظروف معينة، أى أن الإنسان فى الحاضر يمارس المعاناة العقلية والبدنية.أما الماضى حتى وإن كان معظمه ذكريات غير سعيدة فإنه نسبيا لا يسبب لنا ألم كبير إلا فى بعض الحالات التى نخجل من تذكرها، والتى قد تسبب لنا ألما كبيرا. يعتبر ألم الماضى محتمل أن لم يهدد مستقبلنا لذلك نحن نخاف من ابتزاز الماضى، ليس كونه كماضى عانينا فيه من الألم ولكن خوفاً من تأثير الماضى على المستقبل. أفرض أنك عانيت فى الماضى من الفقر والمرض وقلة المال ثم كافحت وأصبح لديك المال الوفير من منزل كبير وسيارة وخلافه من رفاهية العصر الحديث، عندما تتذكر الماضى قد تدمع عينيك إذا كنت عاطفى ولكنك ستحمد الله إذا كنت مؤمنًا وستشعر باغتباط إذا كنت إنسانًا عمليًا

وواقعيًا وفى كل الأحوال بمقارنة ماضيك بأحوالك الحاضرة ستشعر بسعادة، فلقد كافحت ونجحت ولكن بطبيعة الحال إذا كان المال ناتج من عمليات غير مشروعة فانك ستحاول أن تنسى خطيئتك، ستتناسى ذكريات الحصول على هذا المال. فقد يسبب الضمير كثيرًا من الألم وقد يسبب الخوف من عقاب السلطات الأمنية والقضائية والخوف من المجتمع كثيرا من القلق والألم الداخلى.

إن ناتج ما اكتسبناه فى الماضى من تجارب بتفاعله مع ما ورثناه من آبائنا وآجدادنا يشكل شخصيتنا الحالية ويحدد معالم سلوكنا فى المستقبل، إن ناتج سلوكنا أشبه بناتج المعادلة الهندسية التى تتكون معاملاتها من الصفات الموروثة وخبرات مكتسبة وإذا كانت الصفات الموروثة من الصعب تغيرها على الأقل فى هذا الزمن فإن الخبرات المكتسبة من الماضى تتغير باستمرار بإكتساب مزيد من التجارب، وبالتالى يتغير ناتج المعادلة، ثم يصبح الناتج ماضيًا يدخل فى معامل المعادلة الجديدة فى الحاضر وتستمر هذه العملية إلى نهاية الإنسان.

تعتبر الشخصية الإنسانية أو السلوك دالة فى الزمن وهى دالة متصلة مستمرة قد يكون التغير فيها كبيرًا إذا كان التغير فى الظروف المحيطة كبيرًا ولكن لابد أن يوجد تغير يبدأ من قبل الولادة ويستمر حتى الموت. يأتى التغير من داخل الإنسان فتخلق خلايا جديدة وتموت خلايا أخرى، وأيضا يأتى التغيرمن الطبيعة المحيطة فالطقس البارد الملبد بالغيوم يصيبنا بالاكتئاب والطقس الحار الرطب يصيبنا بالضيق، لقد عانينا مدة من الزمن من زلزال عنيف تأثر به كثير من الناس قد تكون توابعه النفسية أكثر ألماً من تأثيره المادى.

وكما نغير نحن فى الآخرين فالآخرين يسببوا لنا أيضا تغيرا، لا نريد ان نقول تغيرًا سلبياً أو إيجابياً، تغير للأحسن أو للأسوأ فكل شئ نسبى حتى التغير، وعندما ينتهى التغير ويصبح ماضيًا فإنه يخزن كخبرات مكتسبة فى ذاكرة الحاسب الإنسانى.

فى لحظة تتوالد ملايين من الأفكار وتمـوت ملايـين مـن الأفكـار، فـى لحظة تنتهى أشياء لم نحققها ونندم عن أشياء غير راضين عنها. لقد انتهى الماضى وجـاء دور الأمانى والندم، يتصارع الإنسان مـع البيئـة المحيطـة مـن مجتمـع وطبيعـة فقـد عاقت البيئة المحيطة تحقيق ماتصبو إليه النفس،فالمنافسة قائمة وكل ما تتمناه النفس لاتدركـه والطبيعـة لاتسـير بقـانون ثـابت فالاحتمـال العشـوائى وارد، تتحـالف العناصر والظروف المحيطة بالإنسان لعدم تحقيـق جميـع رغباتـه فيصـاب بالإحبـاط والتعاسة.

كما نجتر فى الحاضر ماضينا فإننا أيضا نستحلب ناتج معانـاة الآخريـن، لقـد استمتعنا بسـماع روائـع السـيمفونيات وقـراءة روائـع الكتـب والروايـات كمـا استمتعنا بمشاهدة روائع الأفلام، لولا المعاناة والألم مـا ظهـرت هـذه الروائع. أن عبقرية وإبداع إنسان ما، ماهى إلا تخفيف ألم وكسر ملل واستمتاع إنسان آخر.

لايشعر الإنسان بالرضا الدائم عن أفعاله فيصاب بالندم ويتصـارع الإنسـان مـع نفسه متمنيا أن يعود الزمن ويرجع الماضى إلى المستقبل ليصحح ما ارتكبه من أخطاء، فلا الماضى عاد ولا تاب الإنسان عن أخطائه. نفس الأخطاء يقع فيهـا دائمـا البشـر، فالإنسان خطاء نادم. و من الأصلح أن يعيش الإنسان بشئ من النـدم وإلا سـيتحول إلى إنسان عديم الإحساس ولكن بشرط ألا يشدنا الندم إلى الإحبـاط المرضـى، ومـن الأفضل أن يعيش الإنسان بشئ من التمنى وإلا أصبح خامل غير متحمـس وليـس لـه رغبة فى الرقى والتقدم، نعيش بالتمنى بشرط ألا نعيش فى وهم أحلام اليقظـة طـوال الوقت ونقضى حياتنا نحلم بدون أن ننفذ أحلامنا.

كل شئ وجـد فـى الحيـاة مطلـوب بشـرط عـدم الإفـراط، كـل شـئ وجـد لحكمة، حتى الأشياء التى نهينا عنها وجدت لحكمة الصبر على عـدم الاسـتعمال ومن أجل الحرمان وعدم استعمال شئ تتمنى النفـس أن تسـتعمله للاسـتفادة بـه، ومن أجل الطاعة والإذعان.

* * *

الفصل الرابع

فلسفها
وعش سعيداً..!

لماذا نفلسفها؟

إذا كان الصراع قد خلق مع الإنسان فقــد خلقنـا الله لنضـع القيـم والمبـادئ ولنفلسف الحياة لنعش بها وسط الصراع. الإنسان الذى يعرف حقيقــة إمكانياتـه الروحية والنفسية ويعتمد عليها يستطيع النجاة من همـوم العـالم المتصـارع الـذى نعيش فيه، وليس المعنى أن نعتزل العالم ونعيش فى الخلاء المـادى أو حتـى الخـلاء النفسى ولكن نقوم بدورنا كاملا فى المجتمع.إن الخوف بكـل أنواعـه والانغمـاس فى اللذات الحية وعــدم الإيمـان بـا لله وبـالقوة الذاتيـة الكامنـة بداخلنـا هـى أهـم العقبات من أن تتولى الروح السامية قيادة الإنسان وأن تعمـل الـروح مـع الجسـد فى تناسق تام.

إننا لانستطيع أن نمنع الدول أو الأفراد من الصراع، ولكن يمكننا الخروج منـه بأقل خسائر عن طريـق تجنـب الصـراع الـذى يمكننـا التحكـم فيـه وهـو الصـراع الداخلى القائم بين الأنا وبين الرغبات الفطرية. يجب تجنب هذا الصــراع الداخلـى بقدر الإمكان، الصراع بين الغرائز المتضادة داخـل الإنسـان ذاتـه، كمـا يجـب أن نعيش فى تناغم وتناسق داخلى قبل الدخول فى أى صراع خارجى.

هل نستطيع فعلا أن نوائم الـذات مـع الآخريـن؟. إن الـذات وهـى خلاصـة تفاعل الصفات الموروثة والخبرات المكتسبة، مـع قدراتنـا المحـدودة ماديـاً ونفسـياً تفرض علينا سلوكا معيناً وانفعالات معينة، تضعنا فى طريق معين قد يكون ضيـق أو متسعًا، ولكنه فى جميع الأحوال طريق محـدد، ومـن جهـة أخـرى فـإن الـذات المحتوية على قوة الإرادة العقلية والروحية وبما لهـا مـن طمـوح تتطلـع إلى الأعلـى، ولاننسى الطرف الآخر وهو المجتمع المكون من أفـراد ونظـام.. نظـام لـه محـددات

معينة قد يحد من تطلعاتك وطموحك أو قد يساعدك، وأفراد تجد من قليل منهم التعاون ولكن أكثرهم لهم طموحات قد تتعارض مع طموحاتك، وأهداف لاتتقابل مع أهدافك.

هل نستطيع فعلا أن نعيش فى انسجام وتناسق مع الذات ومع المجتمع المحيط، فى كل حالة من حالات التوافق والصراع وبدون أن ننسحب من المجتمع ونهرب؟ نعم نستطيع ولكن بالطبع نحن فى حاجة إلى طاقة نفسية كبيرة. طاقة مستديمة، مثل بطارية السيارة إن لم تشحن باستمرار ستنتهى وسيتوقف أداؤها وفاعليتها.

هل نستطيع إدارة زوج من الخيل يقوم بجر عربة واحدة وإحدى الخيول من العقل والحكمة والآخر من العاطفة والغرائز، وقد يتعارضا فى الاتجاه و تجمح العاطفة فى غير اتجاه العقل لتجر جرة ورائها فى طريق السافلين، أو قد يسود العقل والحكمة ويعيش الإنسان كالآلة مملاً كئيباً، نعم قد نستطيع أن نكبت العاطفة لحين أو أكثر من حين ولكن عملية كبت العاطفة تستلزم طاقة انفعالية كبيرة قد تنهى البطارية الداخلية للذات فنصاب بالاكتئاب والفصام والأمراض النفسية المدمرة الأخرى. وفى حالة ما إذا تركنا لخيل عواطفنا العنان فقد نتحطم على صخر التقاليد و القيم و عدم قبول المجتمع لسلوكنا ومعارضته لنا.

لن أطلب منك أن تسير وراء عقلك وتلغى عواطفك وإلاّ ستصبح جماداً بلا قلب أو رحمة، ستحطم الآخرين من أجل مصلحتك، ولن أطلب منك أن تقودك عاطفتك وغرائزك الشهوانية وإلاّ ستكون حيوان شهوانى يجرى وراء اللذة والمتعة فقط. لن أنصحك بأن تسير فى اتجاه الحكمة كل الوقت أو تعمل بنشاط وجد بدون راحة لتصل إلى ما تصبو إليه فلقد نصحك غيرى كثيرا، ولكن لماذا لانجرب أن نكون عمليين ووسطيين ونجرب تطبيق:

- البحث عن مصدر دائم لشحن بطاريتك الانفعالية.

- أن تدير خيولك المتنافرة لتسير فى الاتجاه الذى تريده فىتناسق وانسجام بدون ضرر لنفسك أو المجتمع من حولك.

وهنا يبرز سؤال: أين نجد المصدر الدائم لشحن بطارياتنا العاطفية الانفعاليـة؟ إن المصادر كثيرة ولكن بالطبع مطلوب بعض المجهود على الأقل فـى بدايـة طريـق التجربة، قد يختلف مصدر الشحن وقوتـه مـن فـرد إلى آخـر ولكـن يوجـد دائمًـا مصدر للشحن.

العقيدة والوازع الدينى مصدر هام وسريع وسهل الحصول عليه، علم التحليل النفسى والسلوكى مصدر آخـر، كتـب الحكمـة والروايـات التـى تحكـى قصـص وتجارب غيرنا ممن مروا بنفس ظروفنا أو ظروف مشابهة، العمـل فـى مجـال آخـر بعيدا عن المشـكلة، الـترويح عـن النفـس لبعـض الوقـت، السـفر أو تغـير المكـان، الأصدقاء الأوفياء وإن ندروا فى الزمن الحالى، السمو بالنفس عن الصراع المادى، المصادر المتاحة كثيرة ولكن المهم أن تجد المصدر الملائم لك.... لطبيعتك كإنسان ذو نسيج مختلف عن غيره، أما عملية تعلم فن إدارة خيولك المتنافرة فهـى تتطلـب منك أن تتعلم بعض من علوم الاجتماع وعلم النفس وكذلك القواعـد والأسـس المتعلقة بفلسفة الحياة والاقتصاد وتقييم الأشياء والحصول علـى معظمهـا والإقـلال من الخسائر. قد يكون خير الأمور الوسط هـو الحـل لبعـض النـاس أو قـد تكـون المخاطرة والمغامرة هى المطلوبة للبعض الآخر، المهم أن تختار ماينـاسـبك وألاّ تنـدم على الاختيار.

(اعقلها وتوكل) فلكل إنسان بصمة تختلف عن الآخرين. قم بتخزين خبرات و تجارب الآخرين وخذ منها مايلائم طبيعتك وذاتك الداخلية، المهم أن تصـل إلى السعادة وهى داخلك، منك وإليك فى أى زمان وفى أى مكان وفى أى ظرف.

إن نظام الكون مبنى على التغير الدائم فلا شئ ثابت. إذا رجعنـا فـى التـاريخ إلى ماضينا الموثق سـنجد حضـارات أخـرى فـى أمـاكن أخـرى عاشـت سـنوات طويلة ثم اندثرت، فأين الحضارة المصرية القديمـة التـى امتـدت علـى مـدى آلاف السنين ؟ وأين الحضارة الهندية والصينية ؟ أين الحضارة البابلية والآشـورية ؟ وأيـن الحضارة الأغريقية والرومانية ؟ كم من ملوك وأمراء وأصحاب جاه وثـروة بلغـوا

القمة وملأهم الغرور وحسبوا أن المال والقوة دائمين؛ ثم انتهى كل شئ بانتهاء المال والقوة أو بانتهاء صاحبها وأصبح كل شئ ذكرى وتاريخ معلوم أو مجهول فمات هامان وقارون وأسماء أخرى لانعلمها ولاندرى عنها شيئاً، فالنظام الذى نعيش فيه مبنى على أساس التغير وعدم الثبات، نحن البشر نعلم ذلك ولكن قليل منا من يتعلم من ذلك.

يتحدث بعض الناس عن الحقيقة، ماهيتها وكونها وإن كانت خارجنا أو داخلنا وعن فلسفة الكون وفلسفة الوجود وبصيرة الروح وسمو النفس وإلى آخره من كلام المترفين ماديًا وعقليًا، فالمترف يحاول دائما أن يشغل نفسه بأشياء ليس لها حل كسرا للملل وملئا للفراغ. يمكنني أن أتمتع بالكون بدلا من هذه الحيرة والسؤال عن فلسفة وجوده، إذا فرضنا أن إمكانيات العقل البشرى محدودة فلماذا نشغل بالنا بأشياء نسبية وغير محدودة وغير معروفة مثل الكون والحقيقة وفلسفة الوجود. فمتى كان الكون محدوداً ونحن لانعلم شئ عن بدايته أو نهايته ومتى كانت الحقيقة محددة ويتصارع الإنسان مع أخيه الإنسان على مدى التاريخ، وكل منهما يعتقد أنه على حق. نعم القتل إثم وخطيئة؛ ولكن كم من حروب اندلعت وانتهت بدون أن نعرف أى الطرفين على حق أو من كان المخطئ. لقد اختلفت العقائد والقيم ودافع كل إنسان عن عقيدته وقيمه و لم يصل أى من الأطراف إلى اتفاق. إذا كنا لانستطيع أن نجزم بصحة إشاعة انتشرت فى الوقت الحاضر فكيف نجزم بصحة ماحدث فى الماضى. لقد وجدنا فى هذا الكون فى وقت معين على هيئة معينة بتركيبة معينة ونظام معين فلنعش حياتنا فى سعادة، بدون فلسفة فهذه هى قمة الفلسفة. لقد وجدت الأساطير منذ قديم الزمان وتورثناها وصدقها معظم الناس حتى أصبحت جزءاً من عقيدتنا وثقافتنا كما أصبحت جزءًا من كياننا بدون أن نتحقق من صحتها، وتغلغلت فينا قصص وروايات من كاتب أو شاعر مشهور أو مغمور له خيال عاقل أو خيال مهبول... ا لله أعلم.

بدلا من كل هذه السفسطة لماذا لانسير فى الطريق بدون أن نشغل أنفسنا بما مضى أو بما سيجئ، وبدون أن نشغل أنفسنا بالبحث عن حقيقة مجهولة. كل منا له ذات مختلفة عن الآخر، وكل منا ينظر إلى الشئ المجرد بمنظار يختلف عن الآخر، لقد تكوّن هذا المنظار مماورثناه ومماتعلمناه، نحن ننظر إلى المجرد بمنظارنا الخاص وعليه لن نرى الحقيقة المجردة ومادام الأمر نسبى فلماذا نشغل بالنا بهذه الأمور، إلا إذا كنا مترفين ولدينا من الوقت والجهد مايسمح للخوض فى أمور ليس منها نفع أو من ورائها طائل.

سنتناول باختصار فى الجزء القادم عرض بعض الفلسفات التى يتعايش بها البشر، بما فى هذه الفلسفات من تضاد وتناقض، فالفلسفة القدرية تؤمن بقوة القدر التى تسير الكون والكائن الحى الذى ماهو إلا لعبة فى يد القدر، فالإنسان مسير، ولد لايعرف لماذا، سائر لايعرف إلى أين، يصارع لايعرف ما الهدف من صراعه، تنتهى القصة بالموت بدون أن يعرف الإجابة عن من أين جاء وما المصير.

ومن الفلسفات الأخرى التى يعيش بها قليل من الناس فلسفة اليوجا التى تؤمن بالحب والتسامح كما تدعو إلى العمل الشاق بدون طمع أو طموح أى بدون انتظار عائد مادى أو حتى معنوى، فلسفة تقوم على سمو الإنسان على شهواته والاستمتاع فقط بالمباهج البريئة التى لاتضر النفس أو الغير، فلسفة كادت أن تتلاشى وتنقرض فى عصر الحضارة الغربية الحديثة التى نعيشها فى زماننا الحالى.

وعلى النقيض الآخر توجد الفلسفة النفعية المبنية على مبدأ الوصولية الميكافيللية والتى تدعونا إلى التظاهر بالتقوى والإيمان ولكن بداخلنا بركان وحمم من القسوة وعدم التسامح، فلسفة تقوم على الضن والإمساك، فلسفة تسقط الوفاء من سلوكنا لأن الآخرين ليسوا بأوفياء، فلسفة تؤمن بأن الرحمة ضعف وأن القسوة قوة وأن بالسيف والدهاء نتسلط على الآخرين.

قد نعيش طوال حياتنا على مبدأ أو فلسفة واحدة وقد ينعطف مسار شخصيتنا من النقيض إلى النقيض فالنظام مبنى على التضاد والتناقض والتغير، مبنى على أقصى الأطراف ومابينهما من خير وشر، من سعادة وتعاسة، من قسوة ورحمة، من عمل وراحة..... الخ. المجال واسع والاختيار موجود والذكاء متفاوت والقدرة محدودة والحياة تسير.... ولكن إلى أين تسير.. لست أدرى.

كانت موعظة بوذا الأولى تتمثل فى شرح الحقائق الأساسية وهى أن الإنسان يعيش فى معاناة وأن هذه المعاناة لها أسبابها وأنه يمكن التخلص من المعاناة من خلال التخلص من أسبابها. لقد اختلفت أسباب المعاناة من شخص لآخر فكثرت المذاهب الفلسفية واختار كل إنسان الفلسفة التى تلائم ذاته للسير فى هداها ودافع كل منا عن أفكاره وفلسفته.. إنه الصراع فى صورة أخرى.

قال العرب قديما: ليس الحكيم بسيد على قومه ولكن سيد قومه المتغابى. طبقت بعض الشعوب الشرق أوسطية حديثا هذه الفلسفة بعد تطويرها وصقلها وأصبح لها رواد وأساتذة ومعلمين وسميت بالفلسفة التحامرية نسبة إلى الحمار. إذا لم تكن غبيًا فتحامر فهذا هو قمة الذكاء. بعض المجتمعات والنظم المتخلفة الغير ديمقراطية لاتريد منك أن تفكر وتبدع، تريد فقط الرياء والنفاق وعبادة اللوائح والروتين، فلماذا لانريح أنفسنا ونريح الآخرين ونسير على هداهم، فلسفة ليست جديدة ولكن يعيش بها حتى الآن كثير من الناس.فلسفة انتشرت فى مجتمع الملوك والعبيد فى مجتمع السيد والمسود، فى مجتمع فرعون وكهنة آمون وآتون.

* * *

الفلسفة القدرية

فى بعض أوقات الصفاء الذهنى كنت أحلم بأنه لو قدر لقدماء المصريين ويهود مابين النبى يوسف والنبى موسى ألا يتنابذوا، وأن يتعايشوا ويتزاوجوا لاختفت مشكلة الشرق الأوسط من قديم الزمن.. لقد انصهرت أجناس كثيرة فى النسيج المصرى منذ تاريخها المكتوب من رومان ويونان وأتراك وأوروبيين وآسيويين فلماذا لم ينصهر الشعب اليهودى بالرغم من أنه عاش مئات السنين فى أرض مصر، إنه القدر.

لقد استولت القوة البحرية العمانية على الساحل الشرقى لإفريقيا منذ حوالى قرنين من الزمان وعاش العرب فى الصومال وكينيا وتنزانيا وحتى سواحل موزمبيق، ولكن للأسف لم تكمل البحرية العمانية المسيرة جنوبا ثم غربًا إلى العالم الجديد فى الأمريكتين واستراليا ونيوزلاندا. كان من الممكن أن تتكلم هذه الدول اللغة العربية الآن ونقوم نحن العرب بإنشاء مايسمى باتحاد الناطقين باللغة العربية أو إنشاء ماقد يسمى بالوحدة العربية فيما وراء البحار، ولكن السؤال الذى قد يطرح هل كانت هذه الدول الجديدة ستصل إلى الحضارة التى تعيش فيها الآن أو كانت ستنهل من عقائد وثقافات الشرق الاوسط؟، لا أحد يعرف ولكن القدر قد خط خطوطه وانتهى هذا الجزء من التاريخ.

لولا رقدة العالم إسحق نيوتن على ظهره تحت شجرة تفاح فى لحظة تعب وتأمل وسقوط تفاحة بطريق الصدفة؛ ماكان اكتشاف قوانين الجاذبية الأرضية والحركة أو على الأقل كان تأخر اكتشافها. ولو ما جلس الأمير الهندى سيدهارتا فى لحظة صفاء وتأمل تحت شجرة تين؛ ما كان تحول إلى بوذا ومانشأت الديانة البوذية التى يدين بها أكثر من مائتين وخمسون مليون نسمة. القدر أو مايعرفه البعض بالفرق مابين القوى الإلهية العظمى والقوى التى نظن نحن البشر أننا

نمتلكها ونؤثر بها فى هذا الكون، كما يعتقد البعض الآخر بأن القدر هو كل شئ، هو النظام الذى نعيش فيه والذى خلقه الله فى صورة كاملة متكاملة، نظام محسوبًا خطواته ومعروفة نتائجه. قد يحلو لبعض الناس أن يرجع العشوائيات أو عدم النظام إلى القدر ولكن القدر هو كل شئ، النظام وأيضا مايسميه هؤلاء بعدم النظام، إنه النظام كله بما فيه من تضاد وصراع و بما فيه من حب وجفاء ومن سعادة وشقاء، نظام له بداية وله نهاية، نجهلها ولكن الله يعرفها فهو الخالق القادر.

تعتبر الفلسفة القدرية من أقدم الفلسفات، فقد أرجع الإنسان القديم الأحداث التى لم يتمكن من تفسيرها أو التحكم فيها إلى القدر، وعاش الإنسان سعيدًا بتفسيره للقدر والقدرية، فعندما يكون الإنسان ضعيفا أو عاجزا أو فاشلا فى تحقيق هدف يبغيه أو مريضا ملتمس الشفاء من معلوم أو من مجهول فلا مانع من أن يرجع ضعفه أو فشله أو سبب مرضه إلى القدر مادام سيستريح نفسيا، إنه جزء من العلاج النفسى الذى أكتشفه الانسان الأول أو زرعه فيه القدر. لقد عبر عن ذلك الفيلسوف الألمانى هيجل بقوله: (أن التصالح الحقيقى مع القدر لابد من أن يكون بمثابة تكيف مطلق مع الأحداث الخارجية).

لن نأخذ من الشاعر الفيلسوف عمر الخيام نظرته التشائمية ولكن دعنا نأخذ منه الحكمة فهو يدعو إلى القناعة والرضا بحكم القدر ومعاملة الناس بالتسامح والحب فلا يوجد إنسان كامل فى هذا الوجود. لقد كان الخيام كما قال الشاعر أحمد رامى فى ديوانه جبريا يعتقد أن الإنسان تسيره قوة خفية لايملك دفعها ولاتدع له فرصة للاختيار، دعى الخيام إلى التمتع بالحياة ونبذ البؤس والشقاء فالقدر مكتوب ولن نستطيع أن نغيره.

دعنا نخرج من رتم الكتابة النثرية إلى قليل من الشعر ففى الأبيات التالية يمكننا التعرف على فلسفة الخيام بالنسبة للقدر والرضى على أحكامه والبعد عن الهم الذى يزيد الألم بدون أن يغير ما خطه لنا القدر.

نلبس بين الناس ثوب الريـاء ونحن فى قبضة كف القضـاء
وكم سعينا نرتجى مهربا فكان مسعانا جميعا هباء

ويافؤادى تلك دنيا الخيال فلا تنوء تحت الهموم الثقال
وسلم الامر فمحو الذى خطت يد المقدار أمر محال

الله قد قدر رزق العباد فلا تؤمل نيل كل المراد
ولاتذق نفسك مر الأسى فإنما أعمارنا للنفاد

تفتح واجلس قانعا وادعا وانظر إلى لعب القضاء بالبشر
الدهر لا تجرى مقاديره بأمرنا فارض بما قد حكم

لن يرجع المقدار فيما حكم وحملك الهم يزيد الألم
ولو حزنت العمر لن ينمحى ماخطه فى اللوح مر القلم

لا توحش النفس بخوف الظنون و اغنم من الحاضر أمن اليقين
فقد تساوى فى الثرى راحل غدًا وماض من ألوف السنين

لم تمر الفلسفة القدرية على بلاد الشرق فقط، فيمكن لمس الفلسفة القدرية العبثية من خلال أسطورة سيزيف التى حكمت الآلهة الإغريقية عليه بأن يدفع حجر ضخم إلى قمة الجبل، وكلما وصل إلى أعلى الجبل دحرجت الآلهة الحجر إلى السفح ليدفعه سيزيف مرة ثانية إلى القمة. كان هذا قدر سيزيف فى هذه الدنيا، أقصى درجات الألم النفسى من عبث فلسفة الوجود فى هذه الحياة، لقد

قدر له أن يعمل عملاً لافائدة منه، عمل معروف بدايته ونهايته، عمل ممل لاطائل منه مثل الحياة كما تقول الاسطورة، فالنظام الدنيوى مبنى على حياة كلها تعب وصراع تنتهى بالموت لتبدأ نفس القصة من خلال إنسان آخر يولد ليكد ويموت.

فلنبعد كثيرا من الطرف التشائمى للقدرية إلى الطرف التفائلى منها، فكما يجئ لنا القدر بالشقاء يجئ لنا أيضا بالسعادة. إذا تأملنا مجريات حياة أى انسان سنجد الدورة كاملة - أعلى وأسفل - سعادة ثم تعاسة ثم سعادة مرة ثانية وهكذا تسير الحياة، قد تختلف من إنسان لآخر مقدار السعادة ومقدار التعاسة وقد تختلف مدة الشعور بالسعادة أو بالتعاسة؛ ولكن الدورة موجودة عند كل إنسان منذ البداية وحتى النهاية، فهذا هو النظام القدرى.

توجد عوامل كثيرة لاتباع الإنسان لمذهب القدرية، فالمكان عامل مهم للإيمان بقوة القدر الذى لايمكننا التحكم فيه، فسكان الصحراء يعتمدون على المطر لرى زراعتهم وإخماد نار ظمئهم، وقد يتأخر هطول الأمطار فلا يجد ساكن الصحراء إلا الانتظار والدعاء والتمسك بأمل أن يستجيب القدر أو القوة العظمى إلى دعائه، إذا نزل المطر فهذا يرجع إلى رضاء القدر عنه، وإذا لم ينزل فالسبب فى الإنسان الذى مارس الخطيئة (ومن منا بلا خطيئة) و لم يرض عنه القدر.

ويعتبر الحكم الديكتاتورى من العوامل التى تشد الإنسان إلى الإيمان بالقدر، فالحاكم الدكتاتورى المستبد يتحكم فى مصير العباد من مأكل ومشرب وعمل وحرمان من الحرية أو حتى الحرمان من الحياة، فإذا كان الإنسان فى هذه الحالة ضعيفًا مستسلمًا فمن الأوفق لمسايرة الحياة أن يرجع قوة الحاكم إلى القدر أو ينتظر الفرج من القدر، هذه القوة التى تفوق الحاكم الطاغية عدلا ورحمة.

إن عوامل اتباع الإنسان للفلسفة القدرية كثيرة، منها الأساطير الموروثة عبر القرون الطويلة والتى تناقلتها الألسن وخطت فى ورق بدون البحث فى عقلانياتها ومنطقها، وأصبحت مرتعًا فى العقول الضعيفة الساذجة، فحتى وقتنا هذا تنتشر الخرافات التى يصدقها حتى المثقف والمتعلم، خرافات وأساطير

إختلقها عقل إنسان متخلف ونقلها بعد تهويل عقل إنسان مغرض وصدقها وعاش بها عقل متخلف آخر.

هل الإنسان فعلا له حرية الاختيار، وهل قرار الإنسان فعلا قراره، أو أن قدره النابع من ميراث جيناته ومكان عاش فيه وزمان حيا من خلاله واكتسب خبراته، هو المسئول عن اختياره وقراره. دعنا نتناول ونحلل عمل الحاسب الآلى كمثال لما يحدث للإنسان، فالذى ينطبق على الحاسب الآلى قد ينطبق على الانسان أيضا، يوجد مقولة شهيرة عن الحاسب الآلى تقول (على حسب الداخل، يكون الخارج)، دعنا نحاكى ونمثل الحاسب الآلى بالإنسان ونفرض أن نظير الجسد المادى للإنسان هو مكونات الحاسب المادية (Hardware) وهى تمثل الأجزاء المادية المكونة لجهاز الحاسب، وتشمل أجهزة الإدخال وأجهزة الإخراج وأجزاء الحاسب الداخلية مثل المعالج الدقيق (Microprocessor) والذاكرة والدوائر الاليكترونية والأسلاك. إن نظير الجينات الوراثية التى تحمل طرق عمل وظائف الجسد فى الانسان هى برامج النظام فى الحاسب الألى. (System Software) وهى البرامج التى تستخدم فى تجهيز مكونات الحاسب للتشغيل، أما البرامج التى تصمم لتنفيذ وظائف محددة إدارية أو محاسبية أو علمية أى البرامج التطبيقية (Application Software) فهى بعض الخبرات التى يكتسبها الإنسان والتى تستخدم بالتفاعل مع ماورثه الانسان فى جيناته لتنفيذ عملية حسابية أو منطقية.

إن البيانات الداخلة للحاسب هى الخبرات والمعلومات والبيانات التى يكتسبها الإنسان طوال الوقت. بدون تفكير أو تحليل كبير نستطيع أن نقول بأن مخرجات الحاسب تعتمد على المدخلات من بيانات وعلى البرامج المحملة عليه، أن هذا الحاسب ما هو إلا أداة تعمل عن طريق عقولنا وأيدينا، فالحاسب فى الحقيقة لايفكر ولايبتكر ولايختار، فنحن الذين صنعناه وأدخلنا فى ذاكرته البرامج والمعلومات، البرامج المكونة من الطرق والدروب، فالاختيار والقرار أولاً و أخيرًا ليس أختيار أو قرار الحاسب بل اختيارنا نحن وقرارنا نحن.. والإنسان فى النظام

الكونى مثل الحاسب فرض عليه موروثاته من خلال الجينات والغرائز وفرض عليه بيئته وعقيدته وأساطيره، أى حتى تجاربه ومعلوماته المكتسبة هى أيضا مفروضة، إذًا فالقرار والاختيار ليس قرار أو اختيار الإنسان بل قرار واختيار القدر.

إن الإنسان الان فى صراع وتحدٍ مع الوقت لتطوير حاسباته الآلية بتطوير علم الذكاء الاصطناعى (Artificial Intelligence) الذى يقوم على محاكاة بعض عمليات الإدراك البشرية، والتى يقوم بها الإنسان بشكل آلى مثل الإبصار والسمع والكلام والحركات المتوازنة أى تطوير برامج قادرة على آداء سلوكيات توصف بالذكاء عند قيام الإنسان بها.

دعنا نعرف الإدراك (Perception) بأنها عملية الاستقبال الحسية وتخزينها كخبرات مكتسبة فى المخ، وينقسم الإدراك إلى أنواع منها الإدراك الحسى عن طريق الحواس الخمس (البصر - السمع - التذوق - الشم - اللمس) والإدراك الداخلى للجسم من انفعال ومؤثرات داخل جسم الإنسان والإدراك المكانى / الزمانى للإحساس بنسبية المكان والزمان أى ربط المكان بمكان آخر وربط الزمان بزمان آخر فى الماضى والمستقبل.

تتلخص الصفات التى يحاول الإنسان تطبيقها على الحاسب عن طريق علم الذكاء الاصطناعى فى الخمس نقاط التالية:

المعالجة الرمزية (Symbolic Processing) والتى تختلف عن المعالجة العددية التى يعتمد عليها الحاسب. إن مخ الإنسان يستخدم طرق الاستخدام المنطقى (Reasoning Process) الذى يحاول الذكاء الاصطناعى محاكاتها.

الحدس (Heuristics) وهى عملية الحكم على الأحداث بالخبرة التجريبية تقليد السلوك الإنسانى فى تطبيق عدم التأكد (Uncertainty) وتمثيل البيانات بنسبة ثقة معينة فى صحتها.

مضاهاة الصور (Pattern Matching) ومقارنتها، والتى تساعد فى وصف

الأشياء أو الأحداث أو العمليات عن طريق خصائصها النوعية والمنطقية والعلاقات الحسابية.

الاستدلال (Inferencing) وهو أحد عمليات الاستنتاج المنطقى.

التعرف على الكلام (Speach Recognition) أى قدرة على توجيه الأوامر إلى الحاسب شفهيًا. للجهاز العصبى للإنسان وظيفتان رئيسيتان إحداهما حسية والأخرى حركية، ويسيطر الجهاز العصبى على أجهزة الجسم المختلفة لتنظيم العمليات المختلفة للحياة والحركة وتشمل العمليات الإرادية مثل حركة الأطراف أو الغير إرادية التى لا يوجد سيطرة لنا على تسييرها. يعتبر الجهاز العصبى جهاز اتصال يربط بين الأعضاء المتصلة بالبيئة الخارجية كالجلد والعين والأذن وبين لوحة القيادة المركزية وهو المخ الذى يناظر فى الحاسب الآلى وحدة المعالجة المركزية (Central Processing Unit)، كما يتولى الجهاز العصبى إدارة الأجزاء الداخلية للإنسان أيضا والتى لانستطيع السيطرة على أدائها مثل التنفس ودوران الدم وهضم الطعام وإخراج النفايات وعمل المثانة البولية وإفراز العرق وخلافه من العمليات الداخلية الأخرى. ويقوم عمل الجهاز العصبى فى العمليات الغير إرادية على العمل الانعكاسى.

وتعتبر الخلية العصبية (Neurons) هى الخلية الأساسية فى الجهاز العصبى. تعتمد عملية نقل المعلومة من طرف محور إلى طرفه الآخر على كهرباء مولدة تقاس بالميكروفولت ناتجة من حركة أيونات وعمليات كيماوية تتم داخل وحول غشاء محور الخلية العصبية.

و يحتوى المخ البشرى على حوالى ٤٠ بليون خلية عصبية وتمثل الخلية العصبية واحد بايت تقريبًا من المعلومات أى حرف واحد. إن الحاسبات فى وقتنا الحالى تحتوى على ذاكرة رئيسية تتراوح مابين عدة ميجابايت فى الحاسبات الشخصية إلى عدة مئات من الميجابايت فى الحاسبات الكبيرة. إذا كانت عملية اتخاذ القرار والتعلم وبعض الأعمال التى تحتاج إلى ذكاء تستخدم حوالى نسبة

تتراوح مابين ١٠ - ٣٠ ٪ من السعة الكلية للمخ البشرى والتى تمثل مايكافئ حوالى ١٠ بليون بايت (١٠ جيجابايت) فإن هذه السعة تفوق السعة المتوسطة للحاسب بأكثر من مائة مرة.

إن كل خلية عصبية بشرية تحوى ما بين ألف الى عشرة آلاف داخل وخارج بإجمالى مايقرب من ١٠٠ تريليون وصلة فيما بينهم بينما نجد أن الحاسبات الآلية لاتتعدى الوصلات بين مكوناتها الأساسية إلا عددًا محدودًا جدًا، ولكن من جهة أخرى فإن سرعة النبضات العصبية (Neural Impuleses) فى الإنسان تصل إلى حوالى ٥٪ فقط من سرعة نقل المعلومات فى الحاسبات.

إن عملية الفعل ورد الفعل فى الإنسان تنتج من تغير كيمياء الجسم نتيجة لمحصلة استقبال ادراك معين مع استرجاع ذكريات قديمة مخزنة فى المخ مرتبطة بما تم استقباله حديثًا. مثلاً عندما يسمع إنسان لايعرف اللغة الانجليزية - (Son of a dog ابن الكلب) ويستقبلها المخ فإن هذه الجملة لاتعنى له شيئًا، أما إذا كان هذا الإنسان المستقبل قد عرف معناها مسبقا وتخزن فى عقله ان هذه الجملة هى سب له وإهدار لكرامته فسيكون رد الفعل فى الحالة الثانية بالطبع مختلف عن رد الفعل فى الحالة الأولى. إن الجملة المجردة فى حد ذاتها لاتعنى شئ فقد كان المدح عند العربى القديم التشبيه بالكلب ووفائه أما ما اكتسبه العقل الحديث هو ارتباط التشبيه بالكلب بالمهانة والحقارة وأن رد الفعل الطبيعى لسماع هذه الألفاظ هو أن نثور لكراماتنا، إن ماتم اكتسابه من المجتمع هو الذى أملى علينا رد فعلنا وليست عملية الإدراك. لقد أثار القاموس المخى أو المترجم الوسيط داخل المخ عند سماعه (ابن الكلب) الميول العدوانية الفطرية المتوارثة فى الإنسان، كما قامت الثقافة المكتسبة من تغذية السلوك العدوانى عند سماع هذه الجملة. يمكن اختصار وتوضيح تسلسل رد الفعل البشرى فى النقاط التالية:

- عملية الإدراك من استقبال محايد لمثير خارجى.
- الحكم على المثير (ضار أو نافع/قوى أو ضعيف /......).

ويعتمد هذا الحكم على الغريزة والخبرات المكتسبة.

- الانفعال حسب نوع المثير وشدته (سعادة / حزن / خوف / دهشة / غيره/.......) بما يصاحبه من تغيرات داخل جسم الإنسان.

- رد الفعل تبعا للحكم المتخذ مسبقا.

وفى النهاية ووفقا للفلسفة القدرية يمكننا القول بأن أفعالنا وردود أفعالنا يحكمها ما ليس للإنسان يد عليها من غرائز متوارثة وخبرات مكتسبة فرضت علينا من ظروف خارجية.

قد يتبادر إلى الذهن سؤالان، الأول هو: كيف نطوع المترجم الداخلى ليحول بقدر الإمكان المثير المؤذى والمؤلم للنفس البشرية إلى موجة بحر متوسطة الارتفاع والشدة نعلو معها حتى تمر بسلام ثم نواصل الاستمتاع بالسباحة الهادئة؟ أما السؤال الثانى فهو: كيف يجب أن نعيش فى مسرح الحياة، هل نرتدى ثوب:

- الممثل المنفعل بالأحداث والذى يقوم بإخراج المسرحية وفى نفس الوقت يقوم بإنتاجها بماله الخاص.

- الممثل متقمص الشخصية التى يمثلها والذى يعرف انه يمثل فقط، قد ينفعل أحيانا ولكنه انفعال ممثل، ينسى بعد نهاية المشهد تقمصه وانفعاله.

- المشاهد (المتفرج) الذى قد ينفعل بالأحداث أثناء المشاهدة ثم ينسى كل شئ عند خروجه من مشاهدة المسرحية، ثم يذهب بعد فترة لمشاهدة مسرحية أخرى ينفعل معها لحين من الزمن.

- المشاهد الذى يشاهد المسرحية والغير منفعل بالأحداث، الآخذ فى الاعتبار أنه يشاهد فقط ليتسلى.

الإجابة عن السؤال الأول هو: مادامت الثقافة المكتسبة هى التى تكوّن المترجم الخاص بالشخص فمن الممكن إعادة برمجة هذا المترجم، وبمساعدة وجود حافز الوصول إلى السعادة والوصول إلى الهدوء النفسى والانسجام الداخلى،

وبمواصلة الأبحاء لتثبيت المترجم الجديد بعد برمجته نستطيع تطويع وتكييف هذا المترجم الذى فرضه علينا مجتمع حالى وتقاليد وثقافات موروثة قد يصل جذورها إلى آلاف السنين. وفى أثناء محاولة إعادة برمجة المترجم الداخلى يجب أن نحاول تغيير مترجم المجتمع ككل أى التأثير فى ثقافة المجتمع بغرض التغير لأننا جزء من المجتمع الذى نعيش فيه ولا نستطيع أن نعيش منعزلين عنه لفترات طويلة. قد تحتاج عملية التغير الى قرون طويلة، ولكن على أية حال نستطيع الحكم مما تعلمناه من العلوم الرياضية والاجتماعية، ومما تعلمناه من التاريخ بأن ناتج أى تأثير ولو كان بسيطًا هو تغير ولو كان قليلاً، وتراكم التأثيرات البسيطة على مدى سنوات طويلة يحدث التغير الملموس على المدى الطويل.

يشدنا ما قد سبق من تحليل فى إجابة السؤال الأول إلى السؤال الثانى والإجابة عليه. إذا أوصينا أو أيدنا أن نعيش فى هذه الحياة كمتفرجين فقط غير منفعلين بما يجرى من حولنا من أحداث فإن الآخرين سيتهموننا باللامبالاه وبالانعزالية والسلبية. من جهة أخرى وبالتأكيد سيكون الضرر النفسى والمادى غاليا إذا انفعلنا دائما بالأحداث محاولين أخراج مسرحيات الحياة عن طريق التوجيه للآخرين أو الضغط عليهم، مضحين بوقتنا الذى من الممكن ان نقضيه فى عمل آخر نافع، سنكون مشدودين دائما منفعلين لخروج الممثلين الآخرين عن النص الذى نظن اننا كتبناه - ناسين ماخطه القدر. وفى الخلاصة نحن نضحى بالوقت والمال فى سبيل إنتاج وإخراج مسرحية قد تكون فاشلة أو غير ذى معنى أو فائدة.

يتبقى لنا الوسط - وخير الأمور الوسط - فى أن نتعلم كيف نختار المسرحية التى نشترك فيها (بقدر إمكانياتنا فى الاختيار) ومتى ندخل المسرح ومتى نتفاعل مع أحداث المسرحية ومتى نخرج من المسرح تاركين للممثلين الآخرين تكملة باقى المشاهد عندما نجد أن انفعالنا قد وصل إلى الحد الحرج الذى يؤدى إلى الجهد العصبى والضرر النفسى أو قد يؤدى الى مرض عضوى. قد ندخل

المسرح مرة ثانية عندما نهدأ أو عندما يتم شحن بطارياتنا الانفعالية وتستقر حالتنا الصحية للأحسن وللأفضل بالطبع، قد ندخل المسرح فى صفوف المشاهدين، ندخل ونحن متشوقين للانفعال المعتدل مرة ثانية وتبدأ دورة جديدة يعقبها دورات أخرى حتى ينتهى دورنا فى هذه الحياة.

* * *

فلسفة اليوجا

عندما تسمو الروح ويرتفع الإنسان فوق الأحداث الشخصية فسوف تتفتح البصيرة ويعم نور الصفاء الداخلى فيكون من السهل أن نرى الطريق، يجب أن نبتسم دائما للشعور بالاطمئنان النابع من القوة الداخلية للذات، يجب علينا أن نفقد القدرة على أن نجرح... فاليد قد تجرح والكلمة قد تجرح، يجب أن نتخطى مرحلة البكاء على الكرامة المجروحة والنقد الجائر والإساءة الظالمة، يجب أن نتجاوز تجربة الفشل وخيبة الأمل.

كان ما سبق كلمات من فلسفة اليوجا التى تتلخص فى أربع قواعد هامة وهى:

قتل الطمع والطموح.

قتل الرغبة فى الحياة.

قتل الرغبة فى الترف.

ثم تجىء روعة فلسفة اليوجا وهو الجزء الصعب فى استيعابه وتطبيقه لما قد يبدو فيه من تناقض مع ما سبق خصوصا إذا قمنا بتطبيق القواعد الثلاث السابقة.

إن القاعدة الرابعة تنص على:

اعمل كما يعمل الطامعون الطامحون واقدم على الحياة واحترمها كما يحترمها الراغبون فى الحياة وكن سعيدًا مثل أولئك الذين يعيشون فى رفاهية وترف.

قد يبدو ظاهريا تناقض فى القاعدة الرابعة عن القواعد الثلاثة الأولى، ولكن بوصول الذات إلى القوى الروحية الحقيقية نستطيع تطبيق جميع هذه القواعد بدون الشعور بأى تناقض، فالقواعد الأربع تكمل بعضها البعض، وبالممارسة نستطيع أن نجعلها تتناغم فى سيمفونية روحيه متجانسة ومتكاملة.

إن الإحباط وهو أساس معظم الأمراض النفسية ينتج من عـدم تحقيـق هـدف معين يطمع أو يطمح فيه الفرد، قـد يكـون الهـدف المـراد تحقيقـه مركـزًا أدبيًـا أو النجاح فى دراسة أو مشروع اقتصادى أو الحب والزواج، وأى فشل فـى تحقيـق هذا الهدف يصيبنا بالإحباط والنـزوع إلى الانطواء أو العـدوان، ولكـن إذا عملنـا كما يعمل من يريد تحقيــق الهـدف بـدون أن يكـون الهـدف هـو مـا نصبـو إليـه؛ فسنعمل بكامل جهدنا ولن يصيبنا الإحباط إذا فشلنا، بل بالتاكيد سنقطف نتـاج جهدنا إذا نجحنا.

إن الطمـوح أو الطمـع الـذى تقصـده القـاعدة الأولى هـو التفــاخر والزهــو والأنانية وتطبيق المبدأ الميكافيللى (الغايـة تـبرر الوسـيلة) الـذى يدفـع الإنسـان إلى سحق كلٍ من يعترض طريقه بغير رحمة أو شـفقة للوصـول إلى الهـدف الـذى قـد يكون زائفًا، وقد يقود الإنسان إلى هلاكه. قد يظن الإنسان أن سعادته سـتتحقق بمجرد الوصول إلى الهدف المراد تحقيقه، وقد يكون هذا حقيقيًا بصفـة مؤقتـة فـى بعض الأحيان، ولكن نحن لا ندرى ما يخبأه لنا القدر فى المستقبل (عسى أن تحبوا شيئًا وهو شر لكم).

إذا أصبح الإنسان عبدًا لرغباته وشهواته بدون النظر إلى الآخريـن مـن حولـه فسيتحول المجتمع إلى غابة تحوى كائن جديد هو مزيج من العبـد والحيـوان ويـل للإنسان من هذا المزيج... إنه كائن لا يرحم، لاينسى أبدًا أن فى داخل ذاته عبـد حقير كما لا ينسى أنه حيوان شهوانى يقتل حتى أحب الناس إليه لتحقيق رغباتـه وإشباع شهواته وملذاته. لقد كانت حكمة نناك المعلم الأول عند السيخ:

(على الإنسان أن يقاوم خمسة من الاعداء وهـم: الشـهوة والغضـب والطمـع والتملك والغرور).

ومن جهة أخرى إذا عملنا كما يعمل الطامعون الطامحون، ولكن بدون طمع أو طموح فسوف نصل إلى أهدافنا دون تدمير من يقف فى طريقنا، وسنصعد إلى أعلى قمم النجاح دون قلق من الفشل، فيجب أن نعمل بكل جهدنا من مبـدأ أن

العمل عبادة وأن العمل لذة وكنة الحياة التغير ولا يأتى التغيير إلا بالحركة وياحبذا إذا كانت الحركة فى الاتجاه الصحيح والاتجاه الإيجابى النافع بما فيها مصلحة للفرد والجماعة.

على الإنسان أن يتعلم أن أقل الأعمال لها قيمة قد تكون حيوية فى النظام الكلى للكون فلابد أن نتقن عملنا حتى إن كان تافهًا أو عديم القيمة من وجهة نظرنا فيوجد من هو أعلى منا ينظر إلى عمل المجموعة ككل وله نظرة أخرى أعم وأشمل.

إن التفاؤل والتمسك بالأمل من أهم أسلحة النجاح فالخوف من الفشل قد يؤدى إلى الإحباط والفشل، فلتكن نظرتنا العامة فى الحياة: βنحن نعمل ونتعب وعلى الله الثواب والحساب».

بعض من علماء النفس يحبذوا قليلاً من القلق ليكون حافزًا للعمل، ولكن لماذا نقلق إذا وجد الحافز بدون قلق، ولماذا نقلق إذا كان الهدف غير موجود، نسير فى نفس طريق الهدف وهو طريق العمل الجاد، العمل الذى يؤدى إلى السعادة بدون تذمر وبدون الشعور بالمهانة.

إن الطموح الحقيقى هو السير إلى النهاية فى طريق العمل الشاق الذى لاينتظر من ورائه حمد أو أجر، وحيث أن الطريق ليس له نهاية فالنهاية هنا هى عدم القدرة على السير بالموت أو المرض، وحتى فى المرض إذا استطعت أن تعمل بعقلك فاعمل فلا يجب أن نترك أى عضو به حياة وله قدره على العطاء بدون ان يعطى.

توصى القاعدة الثانية لفلسفة اليوجا إلى قتل الرغبة فى الحياة ولكن مع احترام القاعدة الرابعة وهى احترام الحياة كما يحترمها الراغبون فى الحياة.

إن فلسفة اليوجا تدعو إلى محو فكرة إن الحياة الدنيا هى كل شىء. إن المقصود بقتل الرغبة فى الحياة فى فلسفة اليوجا هى قتل الحياة التى تحمل الإنسان على الخوف من الموت والتى تولى الحياة أكثر مما تستحق من الاهتمام باللذات

الجسدية. ان المؤمن الحقيقى لا يرتعد من فكرة الموت إذ أن الموت سيؤدى إلى دار أخرى هى دار السعادة للمؤمن الذى يتقى الله فى عمله وفى بيته ومع الآخرين.

وفى نفس الوقت وعلى طريق القاعدة الأخيرة التى تنص على احترام الحياة، يجب على الإنسان أن يحترم عقله وجسده بحيث لا يدنس العقل أو الجسد بتفاهات الحياة أو السيئ من التفكير. إن العقل والجسد هما هبة من الله فيجب أن نحافظ عليهما ونحسن استعمالهما، فالجسد يجب أن يكون نظيفًا صحيًا وقويًا والعقل يجب أن يتعلم ويفكر، ثم يعطى الجسد والعقل الآخرين من أجود ثمار ما حصلا عليه وطوراه.

يجب أن نعيش الحياة كما هى، يجب أن نعيش كل لحظة فيها بقوة وسعادة غير آسفين على ماض أو خائفين من مستقبل.

ليس معنى قتل الرغبة فى الترف والتى تنص عليها القاعدة الثالثة الزهد أو التقشف أو التقتير فى نهل مباهج الحياة. إن من الخطأ أن نعيش فى دنيا بها مباهج ولا نستمتع بها ولكن يجب ألاّ نغضب الله كما يجب أن يكون الإنسان سيدا لمباهج الحياة لا عبدا لها وذلك عن طريق التمسك بالأديان والإرادة القوية وممارسة الرياضة الذهنية والرياضة الجسدية بالإضافة إلى الرياضة الروحية.

إن فى الصبر على الحرمان والتعود على العمل الشاق فوائد كثيرة للنفس البشرية فالحياة لا تسير فى رتم سلس أو على هدى ورغبة الفرد على طول الطريق فعند التعرض للشدائد سنكون أقوياء، فقد تعلمنا الصبر واكتسبنا قوة الاحتمال ورضينا بقضاء الله.

إن الانغماس فى لذات الحياة تبعدنا عن الأهداف السامية النافعة للذات والمجتمع ككل، فالبساطة فى العيش والبعد عن الترف الزائد يجب أن يكون أساس الحياة، نتمتع بالقدر المعقول من مباهج الحياة ونحتفظ بالقوة اللازمة لنكون أسيادًا على شهواتنا، يجب أن نتيقن أن السعادة ليست نابعة من الاستمتاع بالشهوات ولكنها نابعة من داخلنا، بذاتنا نكون سعداء وبنفس الذات نكون تعساء.

تدعونا القاعدة الرابعة بأن نكون سعداء مثل الذين يمارسون كل مباهج الحياة سعداء بسعادة حقيقية وليست سعادة ظاهرية، سعداء بصبرنا وبعدنا عن الترف المدمر لروحنا وجسدنا. و تدعونا نفس القاعدة إلى تقبل الحياة تحت أى ظروف؛ فالدنيا أساسها التغير والتضاد، من عطاء وحرمان، من صحة ومرض، من حب وكره، من كرم وضن من..... ومن..... فأيًا كان الوضع الذى نحن فيه يجب أن نشعر بالسعادة لأن السعادة كما قلنا من قبل نابعة من الداخل، الشر داخلنا فلماذا لا نقتلعه؟! والسعادة داخلنا فلماذا لا نستمتع بها؟.

وتعدد فلسفة اليوجا بعض النزوات الحيوانية التى يجب أن نبتعد عنها مثل الرغبة الجنسية المحرمة وداء الكبرياء الذى يولد فى النفس حب المنافسة مع الغير وخصومة لاداعى لها وتفاخر كاذب وصراع قد يكلف الإنسان كثيرا من صحته وسعادته.

إن الكبرياء الباطل هو العدو الأول للتقدم فالحياة تسير بنا صغيرًا وكبيرًا، فقيرًا وغنيًا، تعساء أو سعداء فلماذا لا نسير معها متعاونين، فالكون واحد لجميع الناس والطريق واحد وإن اختلفت الأهداف والنهاية واحدة وإن اختلفت الأعمار. وفى نهاية الدرس اليوجى هل نستطيع أن نسمو بالروح إلى مستوى أعلى من الحسيات واللذات والعقلانيات... فى التطبيق الواقعى قد يكون الأمر صعب ولكنه ممكن بالتمرين الدؤوب والصبر والسكينة.

* * *

احتوى كتاب «الأمير» لميكافيللى العلاقة بين الحاكم والمحكوم، وكذلك السياسة الخارجية للعلاقات بين الدول، واعتنق كثير من السياسين النصائح التى أوردها الإيطالى نيقولا ميكافيللى فى كتابه لأميره أو رئيسه لتتحول هذه النصائح إلى فلسفة مشهورة ببعض ماجاء فى الكتاب من تعبيرات مثل: (الغاية تبرر الوسيلة)، وأصبحت هذه العبارة وسيلة لتحطيم أى قيم أو أخلاق للوصول إلى الغاية... ومن منا بلا غاية.

فى النقاط التالية يمكن تلخيص الفلسفة النفعية القائمة على المبادىء الميكافيللية التى يمارسها كثير من الناس العاملين بها أو الممارسين لها بطبيعتهم، فمعظم فكر البشر يحوى تفكير ميكافيللى كامن فى ركن ما يستطيع الإنسان أن يظهره حينما يريد أو يقدمه للآخرين بعد تغليفه بورق الهدايا المزركش حتى لانرى الوحش الذى بداخله ولا نتحقق من كونه إلا بعد ان يصيبنا مابه من شرور.

إن معظم الناس لا يتسمون بالطيبة وبناءً عليه يجب أن نتعلم كيف لا نكون طيبين. إن الواقع العملى الفعلى للحياة يستلزم إلا يتمسك الإنسان ببعض الفضائل التى قد تدمره إن عاش بها، فكما يوجد الإنسان الطيب يوجد أيضا الإنسان القاسى الجشع المستبد الحقود الفاسق المتغطرس، فعلى الإنسان ألاّ يكون طيب مع هذه الصفات السيئة، وكما ينصح ميكافيللى من أن اقتراف بعض الرذائل قد يؤدى إلى الأمن والاستقرار والنجاة من المهالك،ففى قول اناتول فرانس (إن الأخلاق هى مجموعة أهواء المجتمع) أيضا ذريعة لفلسفة الأخلاق كما نهوى وكما نحب.

يجب ألا يتعلم الإنسان أن يكون كريمًا سخيًا فالإسراف يؤدى إلى الإفلاس، ومسك اليد بعد العطاء يؤدى إلى تمرد من تعود الأخذ، كما أنه سيعانى من اتهام الناس له بالبخل والتقطير إذا قصر فى العطاء. يجب أن يتعلم الإنسان كيف ومتى ولمن يعطى وكيف ومتى ولمن يمسك، يجب أن يحسب المقابل للعطاء أو كما ورد فى العلوم الاقتصادية الحديثة (حساب: الفائدة / التكلفة).

قد يؤدى الإنفاق بغير حساب إلى السرقة أو الاختلاس للإنفاق على من تعود على كرمنا وإلا انفضوا من حولنا، المال قوة يجب الحفاظ عليها فمن الحكمة أن نعيش بصفة التقتير التى تسبب فخر وزهو أقل، ولكن بدون عداء على أن نعيش بصفة الكرم الزائد لإرضاء الناس والذى قد يؤدى إلى الفقر ومد اليد إلى الغير.

يجب على الإنسان ألا يسئ استخدام الرحمة فقد تكون القسوة لازمة للإدارة وللتحكم فى البشر، وقد تؤدى الرحمة إلى الفوضى والعصيان. يجب أن نعيش فى يقظة مستمرة ومن منطلق الاعتدال، لارحمة دائمة ولاقسوة طوال الوقت، لا تعمينا الثقة بالنفس عن الحذر كما لا يعمينا الارتياب الزائد عن التسامح فى الحدود المقبولة. يجب أن نعلم الآخرين أن يرهبونا ويحبونا فى نفس الوقت.

للبشر طباع سيئة فطالما حققت لهم النفع فهم موالون لك وهم على استعداد أن يقدموا لك أموالهم وممتلكاتهم وحتى دمائهم وأولادهم يقدمونها إذا كانت لهم حاجة ماسة، ولكن احذر فعندما تنقطع الحاجة إليك ينقلبون عليك. يجب أن يشعر الآخرين بفضلك الدائم عليهم وأنك تستطيع أن تمنح كما تستطيع أن تمنع. يجب ألا نطمئن إلى معسول الكلام من الآخرين فطبيعة الإنسان النفاق، والإنسان المنافق هو إنسان ضعيف يقتلك بغدر ويغدر بك فى مقتل.

يجب ان نتعلم فن المناورة ومهارة التلاعب بالآخرين والتلاعب بالألفاظ وكيف نلقى الخطب الجياشة التى تؤثر فى بسطاء الناس. لتكن نصيحة فورتين دى فيليس إمام أعيننا «نادرًا ما ينصح بأن تواجه التحامل أو الثورة بالمثل، ولكن

من الأفضل أن تبدو وكأنك متفق تماما معهـم حتـى تكسـب الوقـت لتحـاربهم، على الإنســان أن يعـرف كيـف يبحـر عكـس الريـح وينـاور حتـى تصبـح الريـح مواتية».

نحن نصارع ونناور - نداهن ونجامل من أجل هدف المنفعـة. إن لكـل شـىء ثمن والإنسان أيضا له ثمن، المهم أن نعـرف كيـف نسـاوم لتخفيـض الثمـن الـذى ندفعه إلى أقل قدر ممكن وتصعيد الثمن الـذى نقبلـه إلى أكـبر قـدر ممكـن. الحيـاة منفعة والذكى من يحصل على أكبر قدر من صافى المنفعة.

يجب أن نتصرف تصرف الوحوش.. فى أن تكون كالأسد وكالثعلب فى آن واحد، الأسد فى قوته والثعلب فى دهائه... فالثعلب يستطيع أن يحمى نفسه مـن الكمائن ولكن لايستطيع أن يحمى نفسه من وحش كاسر يواجهه وجه لوجه أمـا الأسد فيستطيع أن يصارع ويتغلب ولكنه لا يستطيع أن يتجنب الوقوع فـى فـخ الماكرين.

الإنسان فى أوقات ضعفه يصبح ســهل المنـال يمكـن شـراؤه بـأبخس الأثمـان. يكون الإنسان ضعيفا عندما تقرب مخزون طاقته النفسـية والعصبيـة علـى الانتهـاء ويحدث هذا النضوب بعد الدخول فى صراع داخلى أو خارجى. عندما تتصـارع المرأة أو الفتاة مع زوجها أو أهلها أو مع من تحبه، تستهلك معظم طاقاتها النفسية فى الصراع؛ وحينئـذ تصبـح سـهلة المنـال بقليـل مـن العاطفـة والكـلام المعسـول والرجل أيضا تستطيع صيده فى لحظات ضعفه ونضوب طاقـة بطاريتـه الانفعاليـة بقليل من المغريات. تحين فرصة الضعف لتشترى الغالى بقليل من الثمن.

الإنسان الذكى لا ينبغى له أن يحفل كثيرًا بالوفـاء عندمـا يكـون الوفـاء ضـد مصالحة. ليس كل الناس أوفياء، فلماذا نكون نحن الأوفياء، ولكن يجــب أن نـبرز التبريرات القوية ونقدم الذرائع المقبولة لنقض العهد حتى نظل أوفيـاءً أمـام النـاس ويظهر الطرف الآخر بانه السبب فى اضطرارنا إلى نقض ماعاهدنا به. من السـهل خداع الناس بالتظاهر بالورع والتقوى وما أسهل رسم مسحة الإيمان على جباهنا

والتقوى على وجوهنا. وما أسهل التظاهر بالرحمة والإنسانية والإخلاص والوفاء... والله وحده يعلم ما فى سرائرنا. إن بعض الفلسفات الحديثة لم تعد تسمى الشر شرا ولكن تسميه عدم الخير وأصبح مسمى القسوة حزما... إنها كلمات نستطيع تلوينها حسب مانريد وحسب من نريد أن نقدمها له فالغاية تبرر الوسيلة.

لكل شيء فى الوجود مقابل وكل شيء له ثمن مادى أو معنوى. فالزوج يحب زوجته لإشباع رغبات وغرائز والوالدين يحبوا أولادهم لإشباع غرائز والأولاد ينتظرون الدعم المادى والمعنوى من الوالدين، الإيمان مقابل جنة الخلد، العلاقة بين الأصدقاء هى علاقة منفعة متبادلة وكذلك العلاقة بين الشعوب، وياحبذا لوكان الميزان التجارى فى صالحنا فستكون المنفعة فى هذه الحالة لنا، من منا يرضى بالتعادل والتساوى، نحن بطبعنا شرهين، طماعين، نحب الانتصار ونحب أن نحصل دائمًا على الجزء الأكبر من الكعكة وليكن الفتات للآخرين.

ننتظر من كرمنا وتسامحنا عائدًا، فمن السهل أن تتحول السمعة الطيبة إلى عائد مادى ومعنوى فبعض الناس يطربهم أن يقول الناس عنهم أنهم طيبون وبعض الناس يستثمر هذه السمعة الطيبة فى أعمال تجارية ونفع مادى.

يختلف تقييم أو تثمين الشيء وحساب تكلفته من شخص لآخر، كلنا نقوم بهذه العملية فى الوعى أو اللاشعور فأى قرار لنا نابع من الحساب. يجب أن نعى هذا الدرس فى الحساب: فلنأخذ أكثر مما نعطى، هذه هى النفعية التى يسير عليها ويعيش بها كثير من الناس، أما الذى لايطبقها فهو إنسان متخلف، أهبل، رجعى ومعقد نفسيا، هذا الإنسان يجب نبقى عليه فنحن نريد حولنا الإنسان الضعيف الذى يمكن خداعه واستغلاله بالعقيدة والأساطير تارة أو بالحضارة والمدنية تارة أخرى، وليذهب القوى، العالم، المثقف إلى الجحيم لأنه سيقف أمام أطماعنا ويفضحنا أمام الناس.

* * *

فلسفة الاستحمار

كان ياما كان فـي سـالف العصـر والأوان كـان يوجـد مجتمعـات متحضـره أساس الحكم فيها الحريـة والديمقراطيـة والعدالـة الاجتماعيـة، وكـانت العواطـف السائدة فى تلك الأيام وذلك المكان هى الحـب والرحمـة والتكـافل بـين الإنسـان وأخيه الإنسان، حتى الحيوان كان يتصف بالوفاء و الحنان.

إذا أنعم الله عليك بالذكاء وأعطاك من عنده - وسبحان الله هو العاطى الرزاق - حب العمل الشاق والاطلاع، والبحـث والدراسـة والثقافـة، فقـد يمكنـك التفـوق والترقى. لم يكن مطلوب منـك الريـاء والنفـاق، فـأنت تعمـل للعمـل ولصـالح البـلاد وسعادة العباد، كلما أعطيت من جهدك ووقتك كلما أعطـاك المجتمـع أجـر عرقـك، يمكنك ان تصبح وزيراً أو حكيماً فى بلاط السلطان بذكـائك وإخلاصـك للمجتمـع وأفراده من جنس الإنســان، فـالكل فـى خدمـة المجتمـع والإنسـان وليـس فـى خدمـة الحاكم أوالسلطان، الكل أسياد لايوجد فرعون أو طبقة الكهنة أو طبقة العبيد.

والآن اختلف الزمان واختلف المكان وحل الغباء محل الذكاء وحل الرياء محل الوفاء وأصبح الجميع فى قصـر السـلطان كتبـة ونمـامين و أفـاقين، يجـب أن تتبـع اللوائح والقوانين وتدوس على بنى الإنسان المساكين، هذا باشا وهذا أمير وتعظيم سلام لسيادة المدير، أصبح قاموس الإنسان (كله تمام / أنجزنا بتعليمات سيادتك / بالروح - بالدم نفديك / القائد البطل / أطال الله فى عمرك / لـك الأبديـة ولنـا الموت والنسيان / كلنا فداك.. ياسلطان).

أصبحت القيادة ضعيفة، والضعيف لايقود قوى، والغبى لايقـود ذكـى، فتـم اختيار الصف الثانى أغبياء ضعفـاء والصـف الثـالث أغبـى وأضعـف، والصفـوف التالية بلهاء متبلدين، أقصى أمانيهم وظيفة حكومية أو طبق كشرى ومهلبية.

نظر الذكى ذو الشخصية المتميزة حوله فوجد طريقين، طريق الضياع مع الثعالب والذئاب وطريق التحامر مع الحمير. على الطريق الأول هو مأكول ومهضوم. أما على الطريق الثانى فبالتغابى والمداهنة، وبالنفاق والمسايرة يستطيع تكملة الطريق مع الرفاق ويشرب من نهر الجنون.

فقد سبق وأن حدثتنا رواية نهر الجنون عن السلطان الذى وجد نفسه العاقل الوحيد بعد ما شرب كل شعبه من نهر الجنون فأصبحوا جميعًا مجانين، وأصبح السلطان العاقل هو المجنون الوحيد من وجهة نظر شعبه المجنون، فاضطر أخيرا للشرب من نهر الجنون ليصبح مثل شعبه مجنون.

فى المنزل توجد السيدة المصونة والجوهرة المكنونة، تريدك سبع السباع مع الآخرين حمار بالنسبة لها تركب عندما تريد وتنزل عندما تتعب وتزيد، تتباهى بذكائك المتفوق على ذكاء اينشتين فقط عندما تريد أن تغيظ امرأة أخرى، وتوهمك بغباء الحمير عندما لاتلبى رغباتها و ما أكثر رغباتها. وفى العمل يوجد رئيسك الألمعى الذى ليس له فى الذكاء مثيل وليس له فى الإدارة بديل، إذا غاب فأنت لاتصلح أن تدير، هو وحده الكاهن الأعظم، هامان الدواوين، وملك الإدارة والوزارة.

جرب أن تطبق هذه الفلسفة فى البيت وفى العمل وترد دائما على زوجتك أو رئيسك بكلمة نعم أو كلمة (آه) بالعامية وتطيلها مع تكرارها، فستصبح كالحمار، تحبك زوجتك وتتباهى بك وسط أصدقائها، فأنت الرجل المثالى من وجهة نظرها، وكيف لا تكون مثالى وأنت خادم مطيع، تسمع الكلام بدون تعليق. وأيضا سيعجب بك رئيسك فى العمل وتنال رضاه وتحصل على الترقية فى أسرع وقت فأنت لن تنافسه فى أى زمان أو أى مكان، أو هكذا اعتقاده فهو لا يعلم أن النظام كله يحب الحمير ونسى أن فى داخل كل منا ثعلب مكير.

إن من صفات الحمار إطاعة الأوامر بدون تمرد أو تذمر، ومن صفاته أيضا الصبر والعمل الشاق، يعمل بدون أن يسأل وبدون أن يفهم. كما كان الحمار

منذ قديم الزمان رمزا للغباء والمهانة والاحتقار. طبعا لاشئ يهم من هذه الصفات أو الرموز مادمت تنال رضاء واستحسان رئيسك فى العمل وفى المنزل.

إذا كنت غبيًا فأنت فى نعمة لاتعلمها وإذا كنت ذكيا فأمامك الفرصة لأن تتغابى، لاتضيع وقتك، فمن اتبع هذا المذهب كثيرون، انظر حولك لمعارفك وأصدقائك، تصفح الجرائد وابحث عن أصحاب المال والسلطة والقوة والنفوذ والشهرة ستجد أكثرهم إما غبى أو متغابى، لا تتحجج بالبحث عن معلم فكل من حولك أساتذة ومعلمين، لاتندب حظك فالطريق أمامك ممهد وممدود، ليس المطلوب منك إلا الصبر على الخطوات الأولى من الطريق وستجد نفسك بعد ذلك تجرى فى هذا الطريق كالرهوان، دع الكرامة والعزة والإباء وهذه المصطلحات العرجاء التى ليس لها معنى واتركها فى أول الطريق لأنها حمل ثقيل سوف تعوقك فى المضى إلى العلا والمجد والشهرة.

إذا كان المرح والفكاهة سلاحًا نفسيًا جيد للانعزال عن موقف معين أو الهروب من موقف حرج أو الاستكانة فى زمن ردئ فإن كثيرًا من الأحيان ومع الضغط النفسى الشديد والشعور القوى بالمهانة والظلم والإحباط قد تكون البلادة والتغابىهما خير وسيلة للدفاع عن الذات، كما أن فى بعض الظروف يقينا الموقف السلبى بالهروب من الانفعال الذى قد يدمر ذاتنا أو يدفعنا إلى تدمير من حولنا.

وأخيرا.... (كن حمارًا.... وعش سعيدًا).

* * *

خاتمة

نظرا لأن لكل فرد بصمة متميزة منفردة، فى جيناته وفى شخصيته، فقد اختلفت الفلسفات وتعددت الاتجاهات والأهواء، فلكل إنسان الفلسفة الخاصة به وضعها وسار على هداها، ونتيجة للتطور فى نظم الاتصالات والمواصلات تأثرت الفلسفة الفردية بالثقافات الأخرى المتناثرة على كوكبنا الأرضى فزاد الحمل على الإنسان الحديث. اندثر الإنسان القديم المرتبط بمكان واحد وزمان محدود وتاريخ قصير، أما الآن فقد أتاحت وسائل الاطلاع المرئية والمسموعة قدر هائل من المعلومات والأفكار تأثر بها ذو الفكر وظل من أراح باله وعقله فى غيب عما يدور حوله، سعيدًا بمحدودية أفكاره وضيق أفقه خصوصًا فى بعض المجتمعات المتجمدة التى تحدد للفكر مجالاً مغلقًا غير مرن للتطور والتحديث.

إذا عاش الفرد داخل المجتمع وأن يصنع إرادته على نفس طريق إرادة الكل الممثل للمجتمع، حينئذ سيشعر الفرد بالانتماء، لانعنى الانتماء الذى تنصهر فيه الشخصية الفردية مع شخصيات الآخرين وتذوب تماما فيصبح الفرد منصاع، تتقاذفه أهواء الآخرين ويضيع كيانه الخاص وسط الأهواء المختلفة عن أهدافه، بل نتطلع أن ينتمى الفرد للمجتمع وفى نفس الوقت يظل مالكًا لشخصيته المميزة، سائرًا لتحقيق أهدافه بجانب الأهداف العامة للمجتمع الذى يعيش فيه بمزيد من الديمقراطية والمرونة فى التفكير (Open-Mind) نستطيع أن نأثر فى المجتمع ونتأثر به بدون أن نجرح أو يصيبنا أذى.

نحن لاندعو فى هذا الكتاب إلى السلبية والهروب من الصراع متعللين بالسلام والمحبة بل ندعو للتمتع بالكفاح من أجل أهداف سامية نضعها وفقا لإمكانياتنا وشخصياتنا كما نتمتع بصراع العوائق التى تقابلنا أثناء رحلة الحياة. نقاوم ونرد ولانبدأ بالصراع، قد يكون الهجوم خير وسيلة للدفاع ولكن نستطيع تقوية دفاعنا

بالإيمان والإرادة والصبر والقوة الداخلية النابعة من فهمنا لذاتنا وثقتنا بأنفسنا. مع الصراع يوجد مسالك أخرى من التفاوض أو من التغاضى فى بعض الأحيان، ولكن يجب أن يكون تفاوض القوى وتغاضى المتعالى عن تفاهات الأمور لاتغاضى الضعيف المستكين.

يفلسف بعض الناس الحكمة من الصراع بأنه حتمى لرقى الحضارة البشرية، فالسكون والاستقرار وعدم التغير معناه الموت والتحلل، فالصراع واجب من أجل الحياة، لقد قدر علينا الصراع، فلنعش فيه وبه، ولكن حذار أن نواصل الصراع طوال الوقت، قد يحتاج الأمر إلى هدنة لالتقاط الأنفاس وشحن بطارياتنا النفسية، هدنة لا تحجبنا على الصراع ولكن تقوينا عليه، نحيا كما قال الفيلسوف الألمانى نيتشه: «يجب على الإنسان أن يبنى بيته عند قمم الجبال وفوهات البراكين وسفوح الزلازل.. يجب على الإنسان أن يعيش فى خطر، لا أن يعيش فى هدوء، كأنه ميت ينتظر الفناء».

تتباين العوامل التى تأثر فى شخصية الإنسان وسلوكه والتى تأثر فى قدره ومستقبله، الوراثة من الأسلاف عامل والبيئة المحيطة عامل آخر، الموجات الكهرومغناطيسية التى تغشى الكون كله عامل هام لم يأخذ قدره من الدراسة والتحليل، الدورات الزمنية الكثيرة والتى يمكن استنباطها من التسلسل التاريخى للأحداث عامل مركب نظرًا لتعدد الدورات بأنواعها المختلفة. عوامل كثيرة متشابكة ومعقدة مثل بكرة الخيط التى انسلت وتداخلت بطريقة عشوائية. مع مرور الزمان ومع التقدم التكنولوجى الحديث فى كل الأنظمة الحياتية أصبح التشابك بين العديد من البكر المنسل.

تعددت العوامل بتعدد الثقافات والخبرات المكتسبة المتنوعة عبر الزمان الماضى. وفى الزمن الحديث زادت رقعة البيئة المحيطة لكثير من الناس لتشمل الكرة الأرضية بأكملها، فمن يملك المال يستطيع أن يغير بيئته ويتعرف على ثقافات أخرى غير ثقافته الموروثة، وقد تنصهر بعض الثقافات لتتولد ثقافات

أخرى جديدة إذا امتدت موجة العولمة وتلاحم العالم للعيش فى قرية صغيرة اسمها كوكب الأرض.

أرجو أن تكون جرعة المهدئات والمنشطات التى يحتويها هذا الكتاب قد أدت مفعولها بدون آثار جانبية. متماشيًا مع التضاد الموجود فى النظام الكونى احتوت الجرعة على مهدئات فلسفية ونفسية للإنسان المحبط من تعب الحياة ومن الصراع الذى نعيش فيه فى كل لحظة، مع الذات ومع الطبيعة.. ومع المجتمع.. أما المنشطات فهى ضرورية لبذل مزيد من المجهود والنشاط فى مجالات الأسرة والعمل والأصدقاء والأنشطة الأخرى ومن خلال نظام اجتماعى جيد ومدروس لتحقيق أهدافنا ورغباتنا التى تفيد ولاتضر للحصول على قدر أكبر من السعادة.

* * *

المراجع

المراجع العربية:

١ - «فخ العولمة - الاعتداء على الديمقراطية والرفاهية» هانس بيتر مارتين وهارالد شومان - ترجمة د. عدنان عباس على - عالم المعرفة - أكتوبر ١٩٩٨.

٢- «صدام الحضارات - إعادة صنع النظام العالمى» - صامويل هنتنجون - ترجمة طلعت الشايسطور - ١٩٩٨.

٣- «الهندسة الوراثية - الأمل والألم» - م.عبد الباسط الجمل - الهيئة المصرية العامة للكتاب - ١٩٩٨.

٤ - « الحضارة» د. حسين مونس - عالم المعرفة - سبتمبر ١٩٩٨.

٥ - «المدير الفعال للقرن ال ٢١» - د. سيد الهوارى - مكتبة عين شمس - ١٩٩٨.

٦- «عالم يفيض بسكانه» - روى كالن - ترجمة ليلى الجبالى - عالم المعرفة - سبتمبر ١٩٩٦.

٧- «العودة إلى الإيمان» - هنرى لنك - ترجمة د. ثروت عكاشة - الهيئة المصرية العامة للكتاب - ١٩٩٦.

٨ - «الإدارة المالية» - منهج اتخاذ قرارات - د. سيد الهوارى - مكتبة عين شمس - ١٩٩٦.

٩ - «الفيلسوف المسيحى والمرأة» - د. إمام عبد الفتاح امام - مكتبة مدبولى - ١٩٩٦.

١٠- «الفكر الشرقى القديم» - جون كولر - ترجمة كامل حسين - عالم المعرفة - يوليو ١٩٩٥.

١١ - «الصراع على القمة» - لستر ثارو - ترجمة أحمد بلبع - عالم المعرفة - ديسمبر ١٩٩٥.

١٢ - «المتناطحون - المعركة الاقتصادية القادمة بين اليابان وأوروبا وأمريكا « - لسترثرو - ترجمة د.محمد فريد - دار الساقى - بيروت -١٩٩٥.

١٣ - «الحاسب والذكاء الاصطناعى» - د.محمد فهمى طلبه وآخرين - مجموعة كتب دلتا - ١٩٩٤.

١٤ - «غزو السعادة» - برتراند راسل - ترجمة سمير شيخانى - دار الأمير - ١٩٩٤.

١٥ - «مقدمة فى علم التفاوض الاجتماعى والسياسى » - د. حسن وجيه - عالم المعرفة - أكتوبر -١٩٩٤.

١٦ - «فن التفاوض» ويليام أورى - ترجمة د. نيفين غراب - الدار الدولية للنشر والتوزيع - ١٩٩٤.

١٧ - «الفلسفة ماقبل عصر الفلسفة » - د. محمد عبد الرحمن مرحبا - موسسة عز الدين للطباعة والنشر- ١٩٩٤.

١٨ - -«النهاية الكونية وأثرها فى مسار الكون» - فرانك كلوز - ترجمة د. مصطفى إبراهيم - عالم المعرفة - نوفمبر ١٩٩٤.

١٩ -«الطاغية - دراسة فلسفيه لصور من الاستبداد السياسى» - د.امام عبد الفتاح - عالم المعرفة - مارس ١٩٩٤.
٢٠ - «دع القلق وابدأ الحياة» - دايل كارينجى - مكتبة الهلال - ١٩٩٤.
٢١ - «نشوء وسقوط القوى العظمى» - بول كيندى - ترجمة مالك البديرى - الأهلية للنشر - الأردن - ١٩٩٤.
٢٢ - «الاسطورة والتراث» - سيد القمنى - سينا للنشر - ١٩٩٣.
٢٣ - «نظرات حول الإنسان» - روجيه جارودى - ترجمة د. يحى هويدى - المجلس الاعلى للثقافة - ١٩٩٣.
٣٤ - «سيكولوجية السعادة» - مايكل ارجايل - ترجمة د.فيصل عبد القادر - عالم المعرفه - يوليو ١٩٩٣.
٢٥- «علم النفس الاجتماعى» - وليم لامبرت وولاس لامبرت - ترجمه د.سلوى الملا - دار الشروق -١٩٩٣.
٢٦ - «الإنسان وقضياه النفسية والاجتماعية»- د. سعد المغربى - الهيئة العامة للكتاب ١٩٩٣.
٢٧ - «المعتقدات الدينيه عند الشعوب» - جفرى بارندر - ترجمة د.امام عبد الفتاح - عالم المعرفة - مايو ١٩٩٣.
٢٨- «الحب والحرب والحضارة والموت» - سيجموندفرويد - ترجمه د.عبد المنعم الحفنى - دار الرشيد - ١٩٩٢.
٢٩ - «قصة الحضارة »- ول ايريل ديو رانت - ترجمة د. زكى نجيب محفوظ - دار الجبل - ١٩٩٢.
٣٠ - «دائرة معارف الحاسب الالكترونى» - د.محمد فهمى طلبه وآخرين - مجموعة كتب دلتا- ١٩٩١.
٣١- «الخالدون مائه أعظمهم محمد رسول الله» - مايكل هارث - ترجمه أنيس منصور - المكتب المصرى الحديث - ١٩٩١.
٣٢- «المفاوضات الدولية» - د. محمد بدر الدين زايد - الهيئة العامة للكتاب - ١٩٩١.
٣٣ - «الإنسان والجغرافيا» - أثر الجغرافيا وتأثرها بسيكولوجية الفرد «- د. كريستين نصار - جردس برس - لبنان ١٩٩١.
٣٤- «الأمير» - نقولا ميكافيللى - ترجمة على الجوهرى - مكتبة مدبولى- ١٩٩٠.
٣٥ - «سيكولوجية الخوف» - يوسف ميخائيل سعد - نهضة مصر - ١٩٩٠.
٣٦- «الدافعية والأنفعال» - ادوارد موراى - ترجمة د. أحمد سلامة - دار الشروق - ١٩٨٨.
٣٧- «قوتك فى ذاتك» - د.طالب الخفاجى - دار المريخ- ١٩٨٦.

٣٨ - «قصة الأنثروبولوجيا - فصول فى تاريخ علم الإنسان» د. حسين فهيم - عالم المعرفة - فبراير ١٩٨٦.
٣٩ - «مذاهب فلاسفة المشرق» - د. عاطف العراقى - دار المعارف -١٩٨٣.
٤٠ -«الإنسان يبحث عن المعنى» - فيكتور فرانكل - ترجمة د. طلعت منصور - دار المعلم - ١٩٨٢.
٤١- «علم النفس الفسيولوجى» - د.أحمد عكاشة - دار المعارف - ١٩٨٢.
٤٢- «شخصية مصر» - د. جمال حمدان - عالم الكتب -١٩٨٠.
٤٣- «الإنسان - ذلك المجهول» - الكسيس كاريل - ترجمة شفيق فريد - مكتبة المعارف - ١٩٨٠.
٤٤- «العقل والمعايير» - اندريه لالند - ترجمة د. نظمى لوقا - الهيئة المصرية العامة للكتاب - ١٩٧٩.
٤٥ - «التفكير المستقيم والتفكير الأعوج» - روبرت ثاولس - ترجمة حسن الكرمى - عالم المعرفة - أغسطس ١٩٧٩.
٤٦ - «التكيف النفسى» - د. مصطفى فهمى - دار مصر للطباعة - ١٩٧٨.
٤٧ - «الجغرافية الاجتماعية» - د. يسرى الجوهرى - الهيئة المصرية العامة للكتاب - ١٩٧٨.
٤٨- «قوة الإرادة» - يوسف ميخائيل أسعد - مكتبة غريب - ١٩٧٥.
٤٩- «كيف تفهم نفسك وتفهم الآخرين» - هنرى كلاى لند جرف - ترجمة شفيق فريد - مكتبة الخانجى - ١٩٧١.
٥٠ - «هيجل - المثالية المطلقة» - د. زكريا إبراهيم - مكتبة مصر- ١٩٧٠.
٥١ - «نشوء الكون» - جورج جاموف - ترجمة إسماعيل مظهر - مكتبة النهضة- ١٩٦٠.
٥٢ - «رباعيات الخيام» - ترجمة أحمد رامى - مكتبة الخانجى - ١٩٦٠.
٥٣ - «الدوافع النفسية» - د. مصطفى فهمى - مكتبة مصر - ١٩٩٦٠.
٥٤ - «مناهج البحث فى علم النفس» - ث.ج.أ ندروز - دار المعارف- ١٩٥٩.
٥٥ - «الذكاء» - د.فؤاد البهى السيد - دار الفكر العربى - ١٩٥٩.
٥٦ - «مشكلات الحياة الانفعالية» - سبرجيون انجلش وجيرالد بيرسون - مؤسسة المطبوعات الحديثة - ١٩٥٨.
٥٧ - فلفسة اليوجا» - يوجى راما شاراكا - ترجمة عريان يوسف.
٥٨ - «مشكلة الإنسان» - د. زكريا إبراهيم - مكتبة مصر.
٥٩ - «مشكلة الفلسفة» - د. زكريا إبراهيم - مكتبة مصر.
٦٠ - «ألبير كامى وأدب التمرد» - جون كروكشانك - ترجمة جلال العشرى - دار الوطن العربى.

المراجع الاجنبية:

1. «Getting to Yes - Negotiating Agreement Without giving In»- Roger Fisher and William Ury - Benguin Books - 1992.
2. «Macroeconomic Analysis»- Edward Shapiro - Harcourt Inc. - 1982.
3. «Economic Analysis of Projects»- Lyn Squire and Herman G. Van der Tak - World Bank Research Publication - 1981.
4. «Planning in Developing Countries - Theory and Methodology»- Unitar-1980.
5. «Introduction to Financial Management»- O. Maurice Joy-Richard D. Irwin Inc. - 1977.
6. « Economic Theory and Operations Analysis» - Pentice Hall - 1977.
7. «Probability & Statistics for Engineers» - Irwin Miller and John Freund - Prentice - Hall Inc. - 1977.
8. «Human Development» - Grace J. Craig - Prentice Hall Inc. - 1976.
9. «Concise Encyclopedia of Geography»- C.J. Tunney - Purnell Publishers- 1976.
10. «Time Series» - M.G. Kendall - Charles Griffin & Co. Ltd. - 1973.
11. «Personality and Social System» - Neil J. Smelser and William T. Smelser- John Wiley and Sons, Inc. - 1970.
12. «The Theory of Probability»- B. Gnedenko - MIR Publishers- 1969.
13. «The Theory of Financial Management»- Ezra Solomon - Columbia University Press - 1969.
14. « Microcosm - Structural, Psychological and Religious Evolution in Groups» - Philip E. Slater - John Wiley & Sons, Inc. - 1966.

«Astrology» - Jeff Mayo - The English Universities Press Ltd.- 1964.

رقم الإيداع
١٣٩٩١/ ٢٠٠٠
I.S.B.N.
977 - 294 - 209 - 7

مطـابع آمـــون
٤ الفيروز من ش إسماعيل أباظة
لاظوغلى - القاهرة
تليفون : ٧٩٤٤٥١٧ - ٧٩٤٤٣٥٦